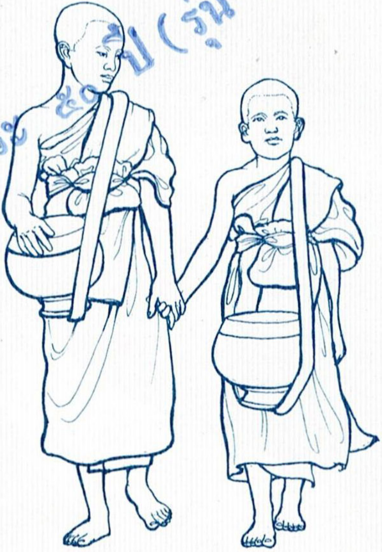
พี่เณร
สอนน้อง



พี่เณรสอนน้อง

พระ ๕๐ ปี (รุ่น ๑๐)



พี่เณรสอนน้อง

เป็นหนังสือที่จัดพิมพ์ขึ้นในวาระพิเศษ เพื่อมุทิตาฉลอง

นาคหลวงรูปแรกของวัดพระธรรมกาย

พระมหาสามารถ ธมฺมตฺถรํสี (เพชรสมัย) ป.ธ.๙

และมอบเป็นธรรมบรรณาการ แด่

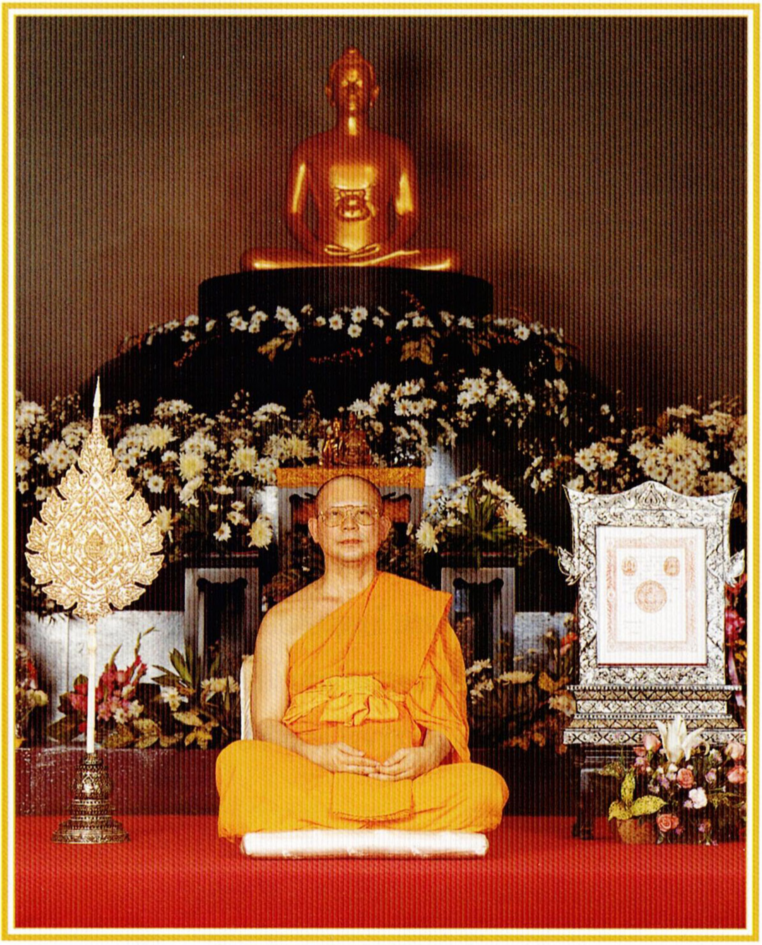
กัลยาณมิตรผู้นำบุญทุกท่าน

ในวันอาสาฬหบูชา เสาร์ที่ ๑๙ กรกฎาคม ๒๕๔๐



พระมหากรุณาธิคุณ

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช
ทรงพระกรุณาโปรดเกล้า บำเพ็ญพระราชกุศล
อุปสมบทนาคหลวง ในพระบรมราชูปถัมภ์
ณ พระอุโบสถ วัดพระศรีรัตนศาสดาราม ในพระบรมมหาราชวัง
เมื่อวันเสาร์ที่ ๑๒ กรกฎาคม พุทธศักราช ๒๕๔๐



พระราชภาวนาวิสุทธิ์
(ไชยบูลย์ ธมฺมชโย)

เจ้าอาวาสวัดพระธรรมกาย

เจ้าสำนักศาสนศึกษาวัดพระธรรมกาย

ต.คลองสาม อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี

ปรารภกถา

หนังสือเล่มนี้ จัดทำขึ้นเป็นพิเศษในวาระสำคัญ เพื่อมุทิตาฉลอง**สามเณรสามารถ เพชรสมัย** ผู้เป็น**สามเณรนาคหลวงรูปแรกของวัดพระธรรมกาย**

นับเป็นศุภวโรกาสนำมาซึ่งความปลาบปลื้มปีติแก่หลวงพ่อเป็นอย่างยิ่ง บัดนี้ในทำเนียบของผู้สอบได้เปรียญธรรม ๙ ประโยค ตั้งแต่ยังเป็นสามเณร ปรากฏมีนามสามเณรสามารถ เพชรสมัย สามารถบรรลุถึงจุดสูงสุดแห่งการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกบาลี ของการคณะสงฆ์ไทย อันนำมาซึ่งเกียรติคุณและชื่อเสียงแก่วัดพระธรรมกายและเหล่ากัลยาณมิตรผู้นำบุญทั้งหลายที่ได้ให้การสนับสนุน และเฝ้ารอคอยความสำเร็จในวันนี้

จึงถือเป็นสิ่งที่น่าชื่นชมและอนุโมทนา ที่ตลอดระยะเวลา ๙ ปี ที่ลูกสามเณรสามารถ และลูกๆ สามเณรทั้งหลายของหลวงพ่อได้อบรม ฝึกฝนตนเองอยู่ในระเบียบวินัย ด้วยความเข้มแข็ง อดทน กอปรด้วยวิริยะอุตสาหะ ที่จะให้เป็นผู้ถึงพร้อมในคุณสมบัติและหน้าที่ที่หลวงพ่อหวังเอาไว้ คือปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ และเทศนา

หลวงพ่อเชื่อว่าลูกๆ สามเณรทุกรูปต่างพบอุปสรรค ความยากลำบาก เพราะนอกจากจะต้องรู้จักเอื้อเฟื้อ ร่วมกิจกรรมอันเป็นงานส่วนรวมของหมู่คณะแล้ว ยังต้องรู้จักการมีวินัยในตนเองที่จะควบคุมเอาใจใส่ในกิจวัตร ที่จะพัฒนาและปรับปรุงตนเองทั้งการศึกษาและการปฏิบัติธรรม เพื่อให้มีศักยภาพและคุณภาพสมฐานะแห่งความเป็นเทือกแก้วของสมณะ ซึ่งเรื่องราวประสบการณ์ทั้งหลายที่กว่าจะมาถึงวันนี้ ได้นำมารวบรวมไว้ในหนังสืออันทรงคุณค่าเล่มนี้ แสดงให้เห็นภาพชีวิตและสะท้อนแบบอย่างของพี่เณรที่ถ่ายทอดประสบการณ์สู่น้องเณร ผู้เป็นคลื่นลูกใหม่ที่กำลังเจริญรอยตามมา

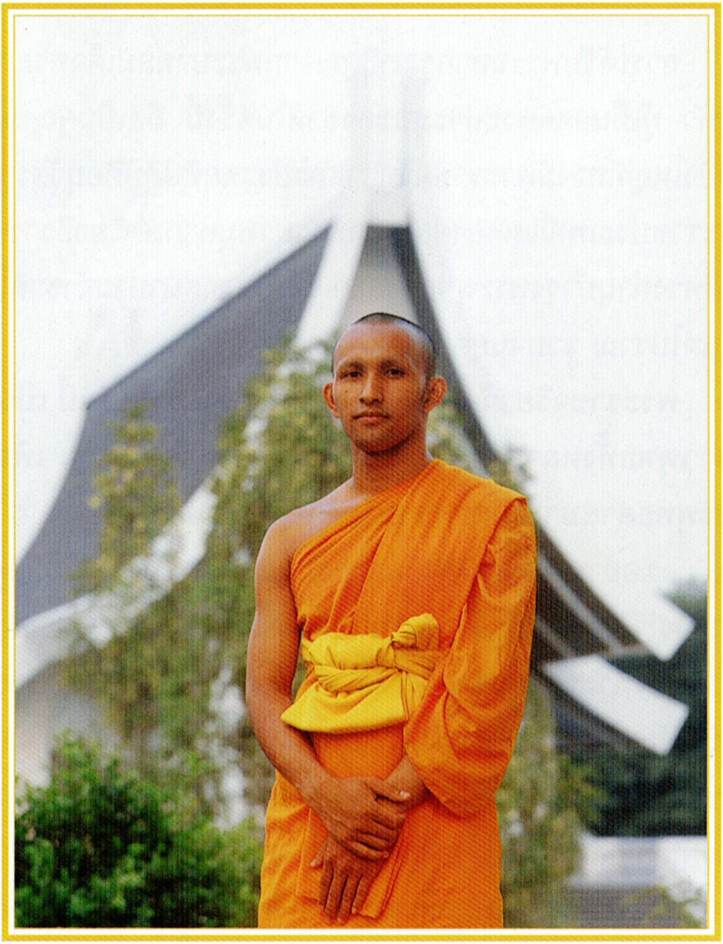
บัดนี้ สามเณรสามารถ เพชรสมัยได้รับพระมหากรุณาธิคุณจากพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พระราชทานฐานะแห่งความเป็นนาคหลวง อุปสมบทในพระบรมราชูปถัมภ์ โดยมีท่าน**เจ้าประคุณสมเด็จพระพุฒาจารย์** (เกี่ยว อุปเสโณ ป.ธ. ๙) วัดสระเกศ-ราชวรมหาวิหาร เป็นพระอุปัชฌาย์

หลวงพ่อขอตั้งฉายามงคลนามให้แก่ลูกสามเณรว่า **“ธมฺ-มตฺถรํสี”** อันมีความหมายว่า **“ผู้ทำความปรารถนาของหลวงพ่อให้สำเร็จ”**

การได้รับพระมหากรุณาธิคุณจากพระบาทสมเด็จพระเจ้า-อยู่หัว ผู้เป็นองค์พระประมุขของชาติในครั้งนี้ ถือเป็นคุณูปการอันยิ่งใหญ่ที่ทรงมีพระราชศรัทธาและประพฤติปฏิบัติอนุวัตรตามพระราชประเพณีแห่งองค์สมเด็จพระบุรพมหากษัตริยาธิราชเจ้าที่ได้ทรงทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นศาสนาประจำชาติไทยมาแต่โบราณ จวบจนยุคปัจจุบัน

พระราชจริยาวัตร เนติแบบแผนอันงดงามเช่นนี้ เป็นสิ่งที่ชาวพุทธทั้งหลายพึงช่วยกันสืบสานพระราชปณิธาน เพื่อให้พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาประจำชาติไทยตลอดไป

ขออานุภาพแห่งองค์พระบรมพุทธเจ้า พระสัพพัญญูพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า และพระอรหันตเจ้าทั้งหลาย บุญบารมีธรรมของพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) หลวงพ่อวัดปากน้ำภาษีเจริญ ผู้ค้นพบวิชชาธรรมกาย จงปกปักรักษาสามเณรสามารถเพชรสมัย และลูกๆ สามเณรของหลวงพ่อ ตลอดจนกัลยาณ-มิตรผู้นำบุญ และผู้ที่ได้อ่านหนังสือเล่มนี้ จงมีแต่ความสุข ความสำเร็จ สมปรารถนาในกุศลเจตนาทุกประการ ขอให้มีความเจริญงอกงามในอมตะธรรมคำสอนอันประเสริฐ ได้เข้าถึงธรรมกาย รู้แจ้งแทงตลอดในวิชชาธรรมกายไปทุกภพทุกชาติ ตราบสู่ที่สุดแห่งธรรม จงทุกท่านเทอญ



พระมหาสามารถ ธมฺมตฺถรํสี (เพชรสมัย) ป.ธ.๙

นาคหลวงรูปแรกของวัดพระธรรมกาย

ขอตั้งฉายาอันเป็นมงคลนาม

แด่

สามเณรสามารถ เพชรสมัย

ว่า

" ธมฺมตุถรํสี "

อ่านว่า ทำ-มัด-ถะ-รัง-สี

แปลว่า ผู้ทำความปรารถนาของหลวงพ่อให้สำเร็จ

ขอให้ "ธมฺมตุถรํสี" จงมีแต่ความเจริญรุ่งเรือง
ในธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
ตราบเข้าสู่พระนิพพานเทอญ

พระราชภาวนาวิสุทธิ์

(พระราชภาวนาวิสุทธิ์)

๒๒ เมษายน ๒๕๔๐

จากความทรงจำ

จากวันวานถึงวันนี้ รอยอดีตประดังเข้ามาในความรู้สึก เกิดเป็นความปีติใจ ภาคภูมิใจ ที่ได้เป็น “สามเณรวัดพระธรรมกาย”

ตลอดระยะเวลา ๙ ปีเต็ม กับบทฝึกที่พระเดชพระคุณหลวงพ่อทั้งสอง พระอาจารย์ พระพี่เลี้ยง ได้ทุ่มเทฝึกฝนสามเณรทุกรูปในวัด ในทุกเรื่อง ทั้งด้านปริยัติ ปฏิบัติ กิจวัตร กิจกรรมนานัปการ เพื่อให้เป็น**สามเณรที่ดีที่โลกต้องการ สมบูรณ์ด้วย ๓ ป. คือปริยัติ ปฏิบัติ และปฏิเวธ รวมทั้งเทศนา** ทำให้สามเณรทุกรูปเห็นคุณค่าของพระพุทธศาสนา และวิชชาธรรมกาย ที่จะทำให้ตัวเราได้พบกับความสุขที่แท้จริง แล้วจะได้แผ่ขยายเป็นสันติสุขของมวลมนุษยชาติ

ยังจำได้ ! ถึงความทุ่มเทกำลังกาย กำลังใจ ช่วยงานวัด งานพระศาสนาของเหล่าสามเณรตัวน้อยๆ แม้ดึกดื่นค่อนคืนขนาดไหน พี่เณรกับน้องเณรยังเคียงบ่าเคียงไหล่ทำงานอย่างไม่ท้อถอย

ยังจำได้ ! ถึงภาพสามเณรนับร้อยชีวิตตั้งใจสวดมนต์ทำวัตร นั่งสมาธิอย่างสามัคคี มีความพร้อมเพรียง เป็นความงดงามที่เลอค่ากว่าปฏิมากรรมใดๆ ในโลก

แม้จะมีกิจวัตรที่รัดตัว กิจกรรมซึ่งยาว และหนักสำหรับเด็กอายุสิบกว่าขวบ แต่เราทุกคนสู้ แม้เหนื่อย เรายอมเหน็ดเหนื่อยด้วยกัน ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน สักกี่คนจะรู้ หลายคนต้องแอบร้องไห้ เพราะกลัวเพื่อนจะเห็นน้ำตา

ณ เวลานี้ ขอยืนยันด้วยชีวิตว่า **สามเณรโชคดีที่สุดที่ได้เข้ามาสู่อ้อมอกของพระพุทธศาสนาตั้งแต่ยังเล็ก** ทำให้ได้เรียนรู้หลักธรรมอันทรงคุณค่าและยิ่งใหญ่ที่สุด เป็นยอดแห่งคำสอนทั้งปวง คือคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

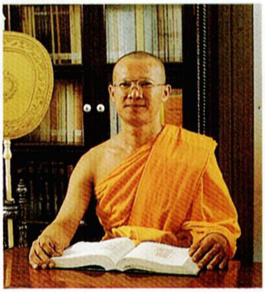
ณ จุดนี้ อยากจะบอกชาวโลกทุกคนว่า ดีใจที่สุดที่เกิดมาพบพระพุทธศาสนา วิชชาธรรมกาย ภูมิใจที่สุดที่ได้เป็นลูกหลวงพ่อและเป็นสามเณรวัดพระธรรมกาย เพราะได้ใช้ชีวิตของการเกิดมาอย่างคุ้มค่า

สามเณรเชื่อมั่นว่าเส้นทางความดีสายนี้ ไม่มีอะไรที่ต้องผิดหวัง แต่เราจะผิดหวังและโศกเศร้าตลอดไป หากไม่ได้ใช้ชีวิตบนเส้นทางสายนี้ เพื่อสร้างบารมีมุ่งสู่ที่สุดแห่งธรรม

ขออุทิศชีวิตทั้งหมดนี้เพื่อพระศาสนาและวิชชาธรรมกาย

ขอกราบขอบพระคุณและอนุโมทนาบุญกับผู้อยู่เบื้องหลังแห่งความสำเร็จทั้งปวง

สามเณรสามารถ เพชรสมัย
วัดพระธรรมกาย ปทุมธานี
๑๐ กรกฎาคม ๒๕๔๐



พระมหาสุวิทย์ วิชฺเชสโก (ศรีสถาพร)

ประจำปี พุทธศักราช ๒๕๓๕

รูปที่ ๑

เกิดเมื่อ ๓ มิถุนายน ๒๔๙๖

จังหวัดนครราชสีมา

อุปสมบท เมื่อ ๒๖ พฤษภาคม ๒๕๒๖

ณ พัทธสีมาวัดพระธรรมกาย ปทุมธานี

สำเร็จการศึกษา วท.บ. (วนศาสตร์)

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ บางเขน

เปรียญธรรม ๙ ประโยค

ปัจจุบันดำรงสมณกิจเป็น

ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพระธรรมกาย

อาจารย์ใหญ่ โรงเรียนพระปริยัติธรรม วัดพระธรรมกาย

พระจริยานิเทศ จังหวัดปทุมธานี

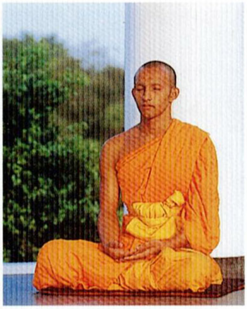


พระมหาจำเรียน สิกฺขาสโภ (สังเกตุ)

ประจำปี พุทธศักราช ๒๕๔๐

รูปที่ ๒

เกิดเมื่อ ๑๓ พฤศจิกายน ๒๕๑๑
จังหวัดระยอง
อุปสมบทเมื่อ ๑๔ กรกฎาคม ๒๕๓๒
ณ พัทธสีมาวัดเบญจมบพิตรดุสิตวนาราม
กรุงเทพมหานคร
สำเร็จการศึกษา เปรียญธรรม ๙ ประโยค
ปัจจุบันดำรงสมณกิจเป็น
อาจารย์สอนพระปริยัติธรรม โรงเรียนพระปริยัติธรรม
วัดพระธรรมกาย
พระพี่เลี้ยงสามเณร วัดพระธรรมกาย



สามเณรสามารถ เพชรสมัย

ประจำปี พุทธศักราช ๒๕๔๐

รูปที่ ๓

เกิดเมื่อ ๒๙ เมษายน ๒๕๑๘

จังหวัดนครราชสีมา

(อุปสมบทเมื่อ ๑๒ กรกฎาคม ๒๕๔๐

ณ วัดพระศรีรัตนศาสดาราม ในพระบรมมหาราชวัง

กรุงเทพมหานคร)

สำเร็จการศึกษา เปรียญธรรม ๙ ประโยค

ปัจจุบันดำรงสมณกิจเป็น

อาจารย์สอนพระปริยัติธรรม

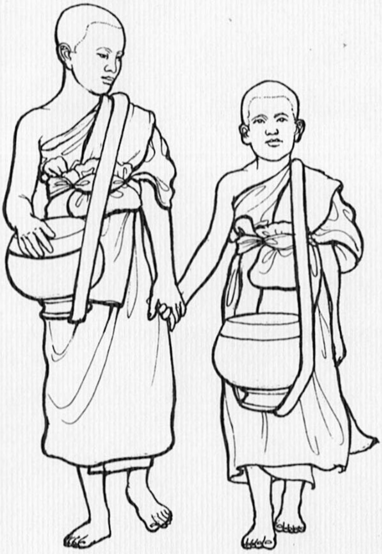
โรงเรียนพระปริยัติธรรม วัดพระธรรมกาย

สารบัญ

เพชรประกายแสง

ดุจดั่งเพชรเรืองรองผุดผ่องใส
งามวิไลโดดเด่นเป็นศักดิ์ศรี
คือเณรแก้วผู้เพียบพร้อมด้วยความดี
ผู้มาชี้แสงธรรมนำหมู่ชน

อุปสรรคน้อยใหญ่ไม่เคยหวั่น
เณรฝ่าฟันต่อสู้จนรู้ผล
ธรรมกายคือเป้าหมายของทุกคน
แม้ชีพตนพลีเพื่อศาสน์ประกาศธรรม



พี่เณรสอนน้อง

เป็นหนังสือที่จัดพิมพ์ขึ้นในวาระพิเศษ เพื่อมุทิตาฉลอง

นาคหลวงรูปแรกของวัดพระธรรมกาย

พระมหาสามารถ ธมฺมตฺถรํสี (เพชรสมัย) ป.ธ.๙

และมอบเป็นธรรมบรรณาการ แด่

กัลยาณมิตรผู้นำบุญทุกท่าน

ในวันอาสาฬหบูชา เสาร์ที่ ๑๙ กรกฎาคม ๒๕๔๐

เกริ่นความ...

จดหมายจากพี่เณรถึงน้องเณร...เป็นจดหมายที่สามเณรรุ่นพี่ ซึ่งมีโอกาสมาปฏิบัติธรรมนอกสถานที่ ขณะนี้กำลังปฏิบัติธรรมอยู่ที่สวนพนาวัฒน์ จังหวัดเชียงใหม่ กับพระเดชพระคุณหลวงพ่อพระสุธรรมยานเถร (ปัจจุบันเป็นที่ พระราชภาวนาวิสุทธิ์) พี่เณรได้ถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ที่ได้ประสบมาในชีวิตของการเป็นสามเณรนานถึง ๙ ปี ให้แก่สามเณรรุ่นน้องที่เข้ามาร่วมสร้างบารมีในภายหลัง เพื่อให้ข้อคิดและให้กำลังใจในการสร้างบารมี

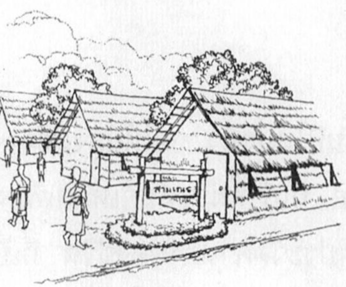
จดหมายฉบับนี้ได้รับความเมตตาจากพระเดชพระคุณหลวงพ่อพระสุธรรมยานเถร ให้นำมา ลงในวารสารกัลยาณมิตร เพื่อให้ท่านผู้อ่านได้รับประโยชน์ ที่แฝงอยู่ในเนื้อความของ

จดหมายด้วย หากมีข้อบกพร่องหรือข้อผิดพลาดประการใด ขอให้ท่านผู้รู้ได้โปรดให้อภัยและเมตตาชี้แนะ ก็จะเป็นพระคุณอย่างยิ่ง

"เมื่อพี่เณรได้รับความรู้และความสุขอันเกิดจากการปฏิบัติธรรม จึงอยากจะถ่ายทอดความรู้สึกที่เต็มเปี่ยมไปด้วยความปรารถนาดีมายังน้องเณรทุกรูป โดยพี่เณรตั้งใจว่าจะเขียนจดหมายมาถึงน้องเณรเป็นประจำทุกเดือน เพื่อเป็นขวัญกำลังใจในการสร้างบารมี และเพื่อประโยชน์ในการดำเนินชีวิต ที่ถูกต้องดีงามของน้องเณรตลอดไป"

ขออานุภาพบุญกุศล ที่เกิดจากการเขียนจดหมายในครั้งนี้ และบุญกุศลที่สามเณรได้อุทิศชีวิตเป็นพุทธบูชา เพื่อศึกษาวิชชาธรรมกาย จงดลบันดาลให้น้องเณรทุกๆ รูปและผู้อ่านทุกๆ ท่านได้เข้าถึงพระธรรมกายโดยง่ายโดยเร็วพลันเทอญฯ

สามเณรวัดพระธรรมกาย
ปฏิบัติธรรม ณ สวนพนาวัฒน์
จังหวัดเชียงใหม่



๑

ของขวัญปีใหม่แด่น้องเณร

สวัสดีปีใหม่ น้องเณรที่คิดถึง

ก่อนอื่นพี่เณรต้องขอขอบใจน้องเณรเป็นอย่างมากที่ได้ส่งส.ค.ส. พร้อมกับคำอวยพรมาให้ ส.ค.ส. ที่น้องเณรส่งมาช่างเป็นสิ่งที่มีคุณค่าและความหมายต่อพี่เณรเป็นอย่างยิ่ง คำอวยพรใดที่น้องเณรมอบให้พี่เณรก็ขอให้คำอวยพรนั้นจงพลันบังเกิดมีแก่น้องเณรเช่นเดียวกัน

พรอันเลิศประเสริฐศรีที่น้องให้
พี่เณรใคร่ได้แทนทดด้วยจดหมาย
กลั่นจากจิตออกจากใจในกลางกาย
ให้น้องได้พบกายธรรมนำสุขเอย...

นี่ก็ขึ้นปีใหม่แล้ว ขอให้น้องเณรจงเริ่มต้นปีใหม่ด้วยดวงใจ ที่ผ่องใส...ปีเก่าที่ผ่านพ้นก็เหลือเพียงภาพแห่งความทรงจำ ซึ่งเป็นภาพประวัติศาสตร์ของชีวิต ที่เปี่ยมด้วยประสบการณ์ และ ความรู้ที่กระจ่างชัดขึ้นเกี่ยวกับเรื่องสัจธรรมของโลกและชีวิต พี่เณรอยากจะขอเล่าประสบการณ์ที่ได้มาปฏิบัติธรรมที่สวนพนาวัฒน์ จังหวัดเชียงใหม่ให้น้องเณรฟัง เพื่อจะได้เป็นขวัญกำลังใจในการสร้างบารมีของน้องเณร

การขึ้นมาปฏิบัติธรรม ณ สวนพนาวัฒน์ ซึ่งอยู่บนดอยที่มีความสูงพอๆ กับดอยสุเทพ สภาพบริเวณที่เราอยู่เป็นเนินเขาโล่งๆ ล้อมรอบไปด้วยป่าสน บรรยากาศเย็นสบายคล้ายกับอยู่เมืองนอก ตอนนี้อุณหภูมิ ๑๕ องศา แต่นอกห้องเย็นกว่านี้ เพราะมีหมอกและมีลมด้วย ความร่มรื่นของป่าไม้อันเขียวขจีทำให้จิตใจเราสดชื่นเบิกบาน ได้อารมณ์สบายอย่างง่ายๆ ทิวทัศน์ก็ตื่นตาตื่นใจ เมื่อมองไปรอบตัวก็จะเห็นภูเขาที่สลับซับซ้อนสวยงามมาก จากใกล้ถึงไกลลิบสุดสายตาจนลับขอบฟ้า มองเห็นทะเลหมอกปกคลุมหุบเขาไปทั่ว แม้แต่ตัวเราก็อยู่ท่ามกลางเมฆหมอกที่พัดผ่าน คล้ายกับตัวเรากำลังล่องลอยอยู่บนกลีบเมฆอย่างนั้นแหละ

ในช่วงแรกๆ ฝนตกบ่อยเหลือเกิน ตกได้ทุกวันวันละหลายๆ ครั้ง จีวรที่ตากไว้ไม่ค่อยแห้ง ต้องนำไปตากไว้ในที่ร่มกว่าจะแห้งก็ต้องใช้เวลาเป็นวันสองวัน ตากไปตากมา พอดูอีกทีอ้าว! จีวรขึ้นราเสียแล้ว จึงได้บทเรียนว่าถ้าอากาศชื้นมากๆ

หากตากผ้าค้างคืน ผ้าจะขึ้นราได้ง่าย ดังนั้นเราจึงต้องระมัดระวังในการตากผ้าเป็นอย่างมาก ถ้าวันไหนมีแสงแดด เราก็จะรีบเอาผ้าออกมาตากกัน แสงแดดที่นี่แรงมาก คงอาจเป็นเพราะอยู่บนที่สูง ตากผ้าไม่นานก็แห้ง แต่ส่วนใหญ่แล้วมักจะไม่ค่อยมีแดดให้เราตากผ้ากัน ดังนั้นเราจึงต้องพิถีพิถันในเรื่องนี้กันหน่อย จะไม่ให้พิถีพิถันได้อย่างไร ในเมื่อผ้านุ่งผ้าห่มของเรามีเพียงแค่ ๓-๔ ผืน ไม่เหมือนชาวบ้านเขาที่มีกันตั้งหลายชุด นึกอยากจะใส่ชุดไหนก็ใส่ได้ตามแฟชั่น แต่ของเรามีชุดเดียวสามารถไปได้ทุกหนทุกแห่ง ใช้ได้ทุกงาน ทุกโอกาส และทุกสถานที่

สำหรับในเรื่องความเป็นอยู่ของที่นี่...จำเป็นต้องปรับสภาพร่างกายให้เข้ากับสภาพแวดล้อม ซึ่งค่อนข้างหนาวเย็น มีหลายรูปที่ปรับตัวไม่ทัน จึงเป็นไข้หวัดไม่สบายไปตามๆ กัน เราต้องห่มผ้าหนาๆ สวมหมวกสวมถุงเท้า ใส่อังสะกันหนาวหลายๆ ชั้น เพื่อให้ความอบอุ่นแก่ร่างกายตลอดเวลา อยู่ที่นี่เรื่องสุขภาพสำคัญมาก เพราะขนาดออกกำลังกายจนเหนื่อยแล้ว เหงื่อก็ยังไม่ค่อยจะออกเลย แต่ก็ดีอยู่อย่างที่ไม่ต้องสรงน้ำบ่อยๆ เหมือนอยู่ที่วัด เพราะอากาศหนาวมาก โดยเฉพาะตอนตี ๒ หนาวจริงๆ ฝนก็ตกได้ตกดี ลมก็พัดแรงมาก อยู่ในห้องพักเหมือนอยู่ในห้องติดแอร์เลย ห้องปฏิบัติธรรมก็เย็นสบายด้วยแอร์ธรรมชาติ บรรยากาศดีมาก ทำให้พวกเรานั่งธรรมะกันได้ดีทุกรูปเลย

ช่วงเวลาผ่านไปประมาณหนึ่งเดือน พวกพี่เณรก็สามารถปรับสภาพร่างกายให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่นี่ได้อย่างสบายๆ ทุกๆ รูปหายป่วยหายไข้กันหมด แต่ปรับไม่ได้อยู่เรื่องเดียว คือ อะไรรู้ไหม? น้องเณรลองเดาซิ...คือ "พี่เณรฟังภาษาลัวะไม่รู้เรื่อง" พยายามตั้งใจฟังอย่างไรก็ฟังไม่ออก มันเป็นภาษาอีกภาษาหนึ่ง ซึ่งไม่เคยได้ยินมาก่อน ดังนั้นอยู่ที่นี่จึงเหมือนกับอยู่ต่างประเทศเลย ฟังก็ไม่เข้าใจ พูดก็ไม่ได้ เพราะเขาไม่ได้อู้กำเมือง ถ้าเป็นภาษาเหนือพี่เณรพอเดาออก แต่นี่หมดสิทธิ์เดาเลย เวลาเรานั่งธรรมะ เมื่อได้ยินเสียงเขาพูดกันเวลาทำงาน เราก็อดขำไม่ได้ เพราะฟังแล้วมันตลกดี พี่เณรก็ลืมตาเหลียวไปดูเพื่อนที่อยู่ข้างๆ ก็อดที่จะหัวเราะไม่ได้เหมือนกัน เป็นการแสวงหาอารมณ์สบายได้อีกวิธีหนึ่ง แต่เราก็ไม่ได้ลำบากใจกันหรอกนะที่เราพูดภาษาลัวะไม่ได้ เราก็พูดภาษาของเราธรรมดาๆ นี่แหละ เพราะเขาฟังเรารู้เรื่อง ดังนั้นเราจึงใช้ภาษาภาคกลางสื่อสารกัน บางคนเขาพูดภาษาภาคกลางได้ชัดกว่าพี่เณรด้วยซ้ำไป

ช่วงนี้พี่เณรทุกรูปมีสุขภาพสมบูรณ์ แข็งแรงดี เรามียาวิเศษคือ "การออกกำลังกายและการเล่นโยคะทุกวัน" เพราะ**โรคที่มักจะเป็นกันสำหรับนักปฏิบัติธรรมคือ โรคท้องอืดกับโรคเส้นยึด** เนื่องจากอยู่ในอิริยาบถเดียวนานๆ เส้นจึงยึด เส้นตึง เส้นติดได้ง่าย เราต้องช่วย กันนวดเวลาปวดเมื่อย ส่วนใหญ่พี่เณรไม่ค่อยเมื่อยกันหรอก ที่ปวดเมื่อยกันมากๆ ก็จะเป็นพระภิกษุ

เนื่องจากหลวงพี่หลายๆ ท่านเส้นติดกันเป็นประจำ พวกพี่เณรส่วนมากจะนวดเป็นกันเกือบทุกรูป เพราะเคยฝึกการนวดมาจากหลวงพี่ชินกุโล จึงช่วยกันนวดหลวงพี่ทั้งหลาย ซึ่งอยู่ร่วมกับพวกพี่เณร มีประมาณ ๒๐ กว่ารูป แต่ถ้าจะให้ดีต้องออกกำลังกายและเล่นโยคะควบคู่กันไปด้วย นอกจากโรคเส้นแล้วก็ยังมีโรคเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร เช่น ท้องอืด เกิดลมในท้อง ดังนั้นหลังฉันเสร็จเราจึงต้องเดินย่อยอาหารกันอย่างน้อยครึ่งชั่วโมง

หลวงพ่อเองท่านก็ออกกำลังกาย และเล่นโยคะทุกวัน วันละ ๔๕ นาที ท่านบอกให้พวกเราออกกำลังกายกันให้สม่ำเสมอ พี่เณรก็เลยต้องออกกำลังกายทุกวัน ส่วนมากจะเน้นการเล่นโยคะเพื่อช่วยคลายเส้น โดยดูจากหนังสือคู่มือแล้วลองทำตาม ก็เข้าท่าดีเหมือนกัน ปกติจะใช้ท่าสุริยนมัสการเป็นหลักทำสัก ๑๒ ครั้ง และท่าอื่นๆ อีก ๕-๖ ท่าเป็นท่าประกอบ การออกกำลังกายและการเล่นโยคะ ทำให้ร่างกายพวกเราสดชื่นแข็งแรง นั่งสมาธิได้ดี ใจโปร่ง โล่ง เบา สบาย เข้ากลางได้คล่อง นั่งได้นาน บางทีนานถึง ๓ ชั่วโมง โดยไม่ต้องลุกเลย ทำให้ใจติดอยู่ภายในได้ต่อเนื่อง จิตไม่ค่อยถอน ธรรมะก็ก้าวหน้าไปเรื่อยๆ

ในการมาปฏิบัติธรรมนอกสถานที่อย่างนี้ น้องเณรอยากรู้ไหมว่า...พี่เณรอยู่ร่วมกันอย่างไร? และพี่เณรปฏิบัติธรรมเป็นอย่างไรกันบ้าง? ถ้าอยากรู้ละก็พี่เณรจะเล่าให้ฟัง...

ตั้งแต่ได้บรรพชามาจนถึงวันนี้ พี่เณรพูดได้เต็มปากว่า **พี่เณรมีความภูมิใจเป็นอย่างยิ่งที่ได้เข้ามาใช้ชีวิตในทางธรรมตั้งแต่อายุยังน้อย เป็นสมณะน้อยในพระพุทธศาสนา** ซึ่งพี่เณรคิดว่าพี่เณรได้ตัดสินใจถูกต้องที่สุดแล้ว เป็นการตัดสินใจที่คาดไม่ถึงว่าจะได้กำไรชีวิตเกินคุ้มทีเดียว ที่ได้มารู้เรื่องราวความเป็นจริงของชีวิต อย่างน้อยก็รู้ว่า...**เกิดมาทำไม? อะไรคือเป้าหมายของชีวิต? และทำอย่างไรจึงจะไปถึงเป้าหมายอันสูงสุดของชีวิตได้?** สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ชาวโลกล้วนแสวงหากัน แต่น้อยคนนักที่จะพบกับสัจธรรมอันแท้จริง

นอกจากนี้พี่เณรยังได้มาฝึกฝนอบรมตนเอง ด้วยการฝึกฝนที่เข้มข้น คุ้มค่า คุ้มเวลา เราได้ฝึกกันทั้งหยาบและละเอียด ทั้งเรื่องภายนอกและภายใน ทุกๆ วันเราจะนั่งธรรมะฝึกใจให้หยุดนิ่งกันวันละ ๘ ชั่วโมง ตั้งแต่ตอนเช้ามืด ตอนสาย บ่าย ค่ำ เราฝึกเรื่องภายในกันวันละ ๔ รอบ ส่วนเรื่องภายนอกเราต้องฝึกหยาบให้ควบคู่กันไป คือ **"ฝึกการทำงานเป็นทีม ฝึกความสามัคคี"**

หลวงพ่อได้เมตตาให้โอวาทไว้ว่า *"หลวงพ่ออยากให้ลูกเณรทุกๆ รูปสมัครสมานสามัคคีกัน ให้มีจิตสำนึกของความเป็นทีมอยู่ในใจตลอดเวลา เราต้องเป็นทีมกันทั้งหยาบและละเอียด ต้องเท่าเทียมทันทั้งทีม เมื่อลูกๆ ทุกรูปได้สมัครใจมาเรียนธรรมะกับหลวงพ่อแล้ว จะต้องฝึกฝนกันทั้งหยาบและละเอียดไปพร้อมๆ กัน ถ้าหยาบเราเข้ากันไม่ได้ ละเอียดเราก็จะเข้ากันไม่ได้*



ถ้าหยาบทำได้ดี ละเอียดก็จะไปได้ฉิว ดังนั้นทุกๆ รูปต้องฝึกเป็นทีม ทั้งภายนอกและภายใน ทั้งหยาบและละเอียดกันนะจ๊ะ”

พวกเราทุกรูปน้อมรับโอวาทจากหลวงพ่อด้วยความเคารพ และนำมาปฏิบัติกันโดยทันที พอตอนเย็นเราก็เริ่มทำกิจกรรมร่วมกัน โดยการรับบุญช่วยกันพัฒนาสถานที่ ซึ่งสถานที่ที่เรามาปฏิบัติธรรม สิ่งก่อสร้างต่างๆ เกือบเสร็จสมบูรณ์แล้ว แต่บริเวณรอบๆ ยังไม่ร่มรื่นและเรียบร้อยเท่าที่ควร เราจึงต้องช่วยกันปลูกหญ้า ปลูกดอกไม้ ที่นี่ดอกกุหลาบสวยมาก มีหลากหลายสี แต่พี่เณรชอบสีแดงมากกว่าสีอื่น เพราะมันมีสีแดงเข้มจริงๆ ไม่เคยเห็นที่ไหนมาก่อน หญ้าที่นี่ก็มีกลิ่นหอม ลักษณะใบของมันคล้ายๆ กับผักชี แต่เขาเรียกกันว่าหญ้าหอม พี่เณรช่วยกันทำซุ้มไม้เลื้อย โดยเอาวัสดุที่พวกช่างเขาไม่ใช้แล้ว นำเศษไม้มาประกอบกันทำเป็นซุ้มใหญ่หน้าห้องพัก ปลูกไม้เลื้อยเสาวรสเผื่อน เวลามันออกผลจะได้เอามาคั้นทำเป็นน้ำปานะ

ส่วนพื้นที่บริเวณไหนที่หญ้าขึ้นรก เราก็ช่วยกันตัดหญ้า ในสนามหญ้าถ้าหากมีหญ้าผิดชนิดแปลกปลอมขึ้นมา เราก็ช่วย

กันถอนออกหมด ดังนั้นสนามหญ้าที่นี่จึงแลดูเขียวสดงดงามราวกับสนามกอล์ฟ เราช่วยกันขุดดินทำแปลงดอกไม้รอบทางเดินและที่พัก ตัดแต่งกิ่ง ติดตากุหลาบ ถอนหญ้า พรวนดิน เราทำงานบุญกันอย่างสนุกสนานมาก รอยยิ้มในยามเย็นของพวกเราทุกๆ รูป ช่างเป็นรอยยิ้มที่แสนจะมีความสุขและเบิกบาน เรารู้สึกเหมือนๆ กันว่า หมู่คณะของเราอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขจริงๆ **“สุขใจที่ได้เรียนธรรมะกับหลวงพ่อ และสุขใจที่ได้อยู่ร่วมกันฉันท์พี่น้อง”**

พี่เณรคิดว่า...การทำงานเป็นทีมอย่างเคียงบ่าเคียงไหล่และการได้ร่วมทุกข์ร่วมสุขกัน ทำให้เรา เกิดความรู้สึกรักสามัคคี มีความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน และ สามารถเข้ากันได้เป็นอย่างดี น้องเณรคิดเหมือนอย่างที่พี่เณรว่าไหม...มีพี่เณรรูปหนึ่งเกิดความซาบซึ้งใจ จึงได้แต่งกลอนบทหนึ่งไว้ว่า

ก่อผนึกหลอมดวงใจให้เป็นหนึ่ง
ต่างซาบซึ้งถึงเป้าหมายมิคลายสิ้น
ประกาศธรรมแซ่ซ้องก้องฟ้าดิน
ร่วมชีวินเคียงคู่อยู่มิวาย

ไม่มีใครล้ำหน้าฝ่าคำสั่ง
ไม่มีใครล้าหลังรั้งสหาย
ทุกชีวิตล้วนอุทิศจิตใจกาย
พลีถวายพุทธศาสน์พิฆาตมาร

วันหนึ่งหลวงพี่บดินทร์ ซึ่งเป็นผู้ดูแลพวกเราที่มาปฏิบัติธรรม ได้ให้ข้อคิดในการอยู่ร่วมกันเอาไว้ว่า *"ความเป็นทีมที่แท้จริง...ไม่ได้เกิดขึ้นจากกฎระเบียบหรือข้อบังคับใดๆ ทั้งสิ้น แต่ที่แท้ความเป็นทีมเกิดจากความเข้าใจซึ่งกันและกัน***ความเข้า ใจทำให้เรารู้จักการให้อภัย การให้อภัยในข้อบกพร่องและการไม่เพ่งโทษผู้อื่น จะทำให้หมู่คณะของเราอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข**

และสิ่งหนึ่งที่จะประสานใจของพวกเราให้กลมกลืนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เหมือนน้ำฝนที่ประสานแผ่นดินที่แตกระแหงให้เป็นผืนแผ่นเดียวกัน นั่นคือ **"น้ำใจ"** *ขอให้พวกเรา จงมีน้ำใจให้กันและกัน อยู่ร่วมกันให้รักกันเหมือนพี่เหมือนน้องจริงๆ เพราะเราจะต้องอยู่ด้วยกันไปตลอดชาติ"*

พี่เณรอยากจะบอกว่า..."ขณะนี้พี่เณรมีความสุขที่สุดในโลกเลย" เป็นความสุขภายในอันเกิดจากการปฏิบัติธรรม พี่เณรอยากจะแบ่งปันความสุขที่ได้รับนี้ให้น้องเณรจังเลย น้องเณรอาจจะยังไม่ซาบซึ้งว่า ระหว่างความสุขภายในกับความสุขภายนอกนั้นแตกต่างกันอย่างไร? ความสุขภายนอกเป็นความสุขเพียงชั่วครั้งชั่วคราว ประเดี๋ยวประด๋าว ไม่นานก็จางหายไป เหมือนความรู้สึกของเด็กที่ได้ของเล่นถูกใจ ใหม่ๆ ก็ดีใจ แต่พอไม่นานก็หายเห่อ อันที่จริงไม่น่าจะเรียกว่าความสุข ควรจะเรียกว่าความสนุกหรือความเพลินมากกว่า *ความสุขที่แท้จริงนั้น ถ้าไม่ทำใจให้หยุดนิ่ง ก็จะไม่มีวันเจอ ถ้าเราอยากจะรู้จักความสุข*

ที่แท้จริง ต้องหยุดนิ่งอย่างเดียวเท่านั้น

พระพุทธองค์จึงได้ตรัสไว้ว่า **"นัตถิ สันติปะรัง สุขัง สุขอื่นนอกจากหยุดจากนิ่ง เป็นไม่มี"**

ความสุขภายในเป็นอย่างไร? พี่เณรจะเล่าประสบการณ์ภายในที่พี่เณรได้พบจริงๆ ให้น้องเณรฟัง ความสุขภายในที่พี่เณรได้เข้าถึงนั้น พี่เณรก็ไม่ได้ทำอะไรมากหรอก "ทำใจให้สบายๆ อยู่นิ่งๆ เฉยๆ แค่นั้นเอง" คิดว่ามานั่งพักผ่อนหย่อนใจ นั่งอมยิ้มไปเรื่อยๆ มันก็สบายดีนะ ไม่รู้สึกตึงเครียดอะไร รู้สึกว่ามันผ่อนคลายสบายทั้งร่างกายและจิตใจ พี่เณรนั่งเพลินๆ อย่างนี้ไปสักพักหนึ่ง ก็มีความรู้สึกว่าบรรยากาศรอบตัวได้ขยายกว้างออกไป เหมือนตัวพี่เณรขยายพองโตขึ้น ใหญ่ขึ้นไปเรื่อยๆ ตอนนั้นมีความรู้สึกแปลกๆ เหมือนกับเราลอยเคว้งคว้างอยู่ในอวกาศโล่งๆ ร่างกายไม่รู้หายไปไหนหมด มองหาตัวเองก็ไม่เจอ รู้สึกตัวเบาๆ เหมือนจะเหาะจะลอยได้อย่างนั้นแหละ เบาคล้ายกับปุยนุ่นที่ล่องลอยอยู่ในอากาศ

พี่เณรเพลิดเพลินอยู่ในอารมณ์นี้ ด้วยความพึงพอใจ โดยไม่ได้คิดถึงอะไรทั้งสิ้น เพราะมันไม่อยากจะคิดถึงอะไรเลย อยากจะอยู่เฉยๆ อย่างเดียว มันก็นิ่งๆ ว่างๆ โปร่ง โล่ง เบา สบายบอกไม่ถูก เหมือนเราตื่นขึ้นมาสูดอากาศบริสุทธิ์ในยามเช้า ทำให้อารมณ์เราแจ่มใสมาก

ในขณะที่พี่เณรกำลังเผลอๆ เพลินๆ อยู่นั้น มันมีอยู่จังหวะหนึ่งรู้สึกใจหยุดกึ๊ก! แล้วหล่นวื๊ดลงไปข้างล่าง เหมือนถูก

ผลักตกจากเครื่องบินโดยไม่ได้กางร่ม พี่เณรรู้สึกเสียววาบ ตอนแรกก็ตกใจ ทั้งกลัวและตื่นเต้นทำอะไรไม่ถูก ก็เลยไม่รู้จะทำอย่างไร ข้างในก็ดูดพี่เณรเร็วขึ้นๆ เหมือนเครื่องดูดฝุ่น ดูดวูบเข้าไปสว่างโล่งไปหมด ตอนนี้พี่เณรมองไม่เห็นตัวเองเลย รู้แต่ว่าเราเป็นแสงสว่าง เห็นบริเวณรอบๆ สว่างไปหมด

พี่เณรไม่มีเวลาคิดอะไรเลย ถูกดูดต่อไปเรื่อยๆ ในกลางความสว่างยิ่งเร็วขึ้นแรงขึ้น เหมือนดำดิ่งเข้าสู่อุโมงค์แห่งแสงสว่าง มีแสงสว่างพุ่งสวนขึ้นมา รู้สึกตื่นตาตื่นใจ มีความสุขอย่างบอกไม่ถูก **เป็นความสุขที่มันๆ สนุกๆ เป็นความสุขที่เราตื่นตัวอยู่ภายใน รู้ตัวตลอดเวลา ไม่ใช่สุขแบบเคลิบเคลิ้มนะ**

ตอนนี้พี่เณรอยู่ในสภาวะที่ต้องนิ่ง คือ**มันนิ่งของมันเอง ไม่ใช่เราไปบังคับให้มันนิ่งนะ** แล้วก็เคลื่อนเข้าไปข้างในเรื่อยๆ จนมองเห็นจุดตรงกลางสว่างที่สุด ใจพี่เณรจรดจ่อไปหาจุดนั้นสักครู่ก็ถูกดูดวูบเข้าไปหาจุดสว่าง จุดสว่างนั้นได้ขยายกว้างออกไป กลายเป็นดวงใสบริสุทธิ์ บางเบา เหมือนลูกโป่งฟองสบู่ พี่เณรเข้าไปอยู่ในดวงนี้ มีความสุขจังเลย เหมือนอยู่ในโลกอีกโลกหนึ่ง ยังกับอยู่ในวิมานแก้วที่ใสสว่างไปหมด ตรงกลางดวงใสนี้ ก็มีดวงสว่างดวงใหม่ผุดซ้อนขึ้นมา พี่เณรเคลื่อนเข้าไปในกลางดวงสว่าง ดวงสว่างดวงใหม่ก็ผุดซ้อนขึ้นมาอีก

ตอนที่เคลื่อนสวนกันนั้น พี่เณรมีความสุขมากๆ ความสุขผุดขึ้นมาเรื่อยๆ พร้อมกับดวงสว่าง คล้ายกับการผุดขึ้นมาของน้ำพุ พี่เณรเห็นตรงกลางดวงสว่างมีจุดเล็กๆ พอเคลื่อนเข้าไป

ใกล้ก็เห็นเป็นเหมือนปลายแหลมของดอกบัวตูม พี่เณรใจจรด จ่อมองตามไปอย่างสนใจ สักครู่ก็เห็นเศียรพระค่อยๆ โผล่ขึ้นมา แล้วก็เห็นหมดทั้งองค์เลย เป็นพระแก้วใสๆ ใสมากๆ โปร่ง บาง เบา เหมือนจะกลืนไปกับอากาศได้

พี่เณรนั่งยิ้มอยู่คนเดียว เป็นยิ้มที่ออกมาจากภายใน ด้วยความปลื้มปีติใจ มีความสุขจนบอกไม่ถูก สุขมากที่สุดเลย จนน้ำตาเย็นแห่งความปีติไหลอาบแก้มทั้งสองข้าง องค์พระใสสว่างก็ลอยเด่น หยุดนิ่งอยู่กลางกายของพี่เณร เห็นชัดใสแจ่ม ใสสว่างมาก ชัดเหมือนเราเอาแว่นขยายมาส่องดูลายมือ สว่างโพลงเหมือนกับดวงอาทิตย์ยามเที่ยงวัน หลายๆ ดวงมาซ้อนกัน พี่เณรดูองค์พระไปเรื่อยๆ อย่างมีความสุขใจ ไม่อยากไปไหนเลย อยากจะอยู่แต่ในกลางองค์พระ

สักครู่ก็เหมือนถูกฉุดวูบเข้าไปในกลางความสว่างกลางองค์พระ แล้วก็เห็นองค์พระองค์ใหม่ผุดซ้อนขึ้นมาอีก ผุดขึ้นมาทีละองค์ๆ แล้วขยายกว้างออกไป *องค์พระแต่ละองค์ที่ขยายผ่านตัวพี่เณรไป ก็เหมือนกับทำให้ตัวพี่เณรใสสะอาด บริสุทธิ์ยิ่งขึ้น* ตอนนี้พี่เณรมีความสุขจังเลย เป็นความสุขที่ไม่เคยเจอมาก่อนในชีวิต จนอยากจะตะโกนออกมาว่า **"สุขที่สุดในโลกเลย!"**

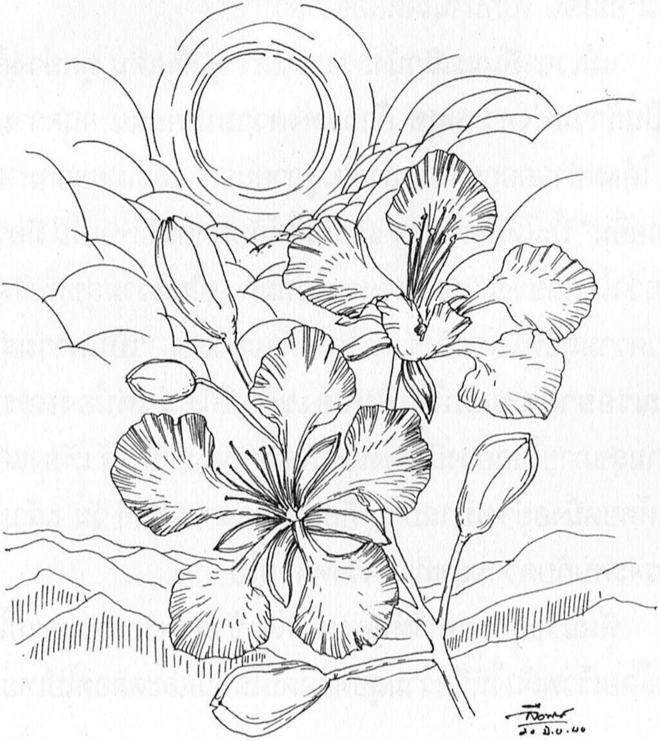
องค์พระก็ผุดซ้อนๆ ขึ้นมาเร็วขึ้นๆ ต่อเนื่องกันไปอย่างไม่ขาดสาย จนเห็นองค์พระเรียงต่อกันเป็นสาย สว่างโล่งในกลางกาย องค์พระได้พรั่งพรูขึ้นมาพร้อมกับความสุขที่ไม่มีประมาณ ยิ่งดำดิ่งเข้าไปภายในมากเพียงไร ปริมาณของความสุขก็ยิ่ง

เพิ่มพูนมากขึ้นเพียงนั้น เหมือนตัวพี่เณร องค์พระและความสุขกลมกลืนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ยังกับพี่เณรแช่อิ่มอยู่ในความสุขกลางองค์พระ สุขจนสุดที่จะประมาณได้ เกิดความปลาบปลื้ม อิ่มเอิบ เบิกบานใจตลอดเวลา

แม้เวลาพี่เณรเลิกนั่งธรรมะแล้ว ลุกขึ้นเดิน **ทุกย่างก้าวก็เป็นก้าวแห่งความสุข ก้าวแห่งความเบิกบาน** จนความสุขนั้น ได้แผ่ซ่านออกมาจากภายในสู่ภายนอก และเผยออกมาเป็น "รอยยิ้ม" ยิ้มให้กับตัวเอง และยิ้มให้กับทุกคนที่พบเห็น มีความรู้สึกว่าโลกนี้ช่างสวยสดงดงามไปหมด เป็นความสุขที่บริสุทธิ์ เป็นความสุขที่มีสุขจริงๆ สุขใจได้ด้วยตัวเอง **"เป็นความสุขที่พี่เณรอยากจะมอบให้เป็นของขวัญปีใหม่แด่น้องเณร..."** ความสุขภายในอย่างนี้ น้องเณรก็สามารถเข้าถึงได้ เพียงแค่ทำใจให้หยุดนิ่งอย่างเบาสบาย ที่ศูนย์กลางกายทุกๆ วัน แล้วน้องเณรจะพบกับความสุขที่แท้จริงตลอดไป

พี่เณรขออวยพรให้น้องเณรได้เข้าถึงพระธรรมกายโดยง่ายโดยเร็วพลัน ให้มีความสุขตลอดปีใหม่นี้และตลอดไปเทอญฯ

ส่งความสุขจากกลางจิตถึงดวงใจ
พรปีใหม่ให้น้องเณรจงสุขสันต์
เห็นองค์พระสว่างใสได้เร็วพลัน
บุญอนันต์บรรเจิดจ้าท่วมฟ้าเอย...





๒
รักแท้แด่น้องเณร

สวัสดีน้องเณรที่คิดถึง

ช่วงนี้น้องเณรเป็นอย่างไรกันบ้าง? ยังสบายดีกันอยู่หรือเปล่า? หมู่นี้อากาศทางวัดยังหนาวอยู่ไหม? พี่เณรหวังว่าน้องเณรทุกรูปคงสบายกันดีนะ ขอให้น้องเณรดูแลรักษาสุขภาพกันให้ดี นี่ก็ใกล้จะสอบบาลีสนามหลวงแล้วมิใช่หรือ? เวลาเหลือน้อยลงไปทุกทีแล้ว ช่วงนี้ต้องขยันดูหนังสือหน่อยนะ พี่เณรขอเอาใจช่วยเต็มที่เลย

ฉบับที่แล้วหวังว่าน้องเณรคงสุขสันต์วันปีใหม่กันทุกรูปนะ...ฉบับนี้พี่เณรอยากจะเล่าเรื่องราวของ "การผจญชีวิตของพี่เณรก่อนที่มาถึงวัดพระธรรม-

กาย” ชีวิตของพวกเราจะว่าไปก็น่าแปลกดีนะ เรามากันคนละทิศคนละทาง แต่ในที่สุดก็สามารถมารวมกันได้ **จุดกำเนิดของชีวิตของเราอาจจะต่างกัน แต่เรามีเป้าหมายเหมือนกัน “มารวมกันเพื่อสร้างบารมี”** เมื่อเรามาอยู่รวมกันเราก็สามารถเข้ากันได้ด้วยดี รู้สึกคุ้นเคยกันยังกับเคยรู้จักกันมาก่อน เรามีอะไรหลายๆ อย่างที่คล้ายกัน และสิ่งที่สำคัญที่สุดคือ **“เรามีมโนปณิธานอันสูงสุดเหมือนกัน”**

จุดกำเนิดแม้มิเกิดเป็นพี่น้อง
ได้ร่วมท้องของมารดามาแต่ต้น
ด้วยบุญเก่าเรานั้นบันดาลดล
ให้ทุกคนมาบรรจบพบเจอกัน

สานมโนปณิธานอันหาญกล้า
สร้างบุญญาบารมีที่ใฝ่ฝัน
มุ่งที่สุดหยุดทั้งทีมเท่าเทียมกัน
เพื่อสร้างสรรค์โลกสวยด้วยกายธรรม

น้องเณรอยากรู้ไหมว่า “ก่อนที่พี่เณรจะมาถึงวัดพระธรรมกาย พี่เณรได้ประสบกับอะไรมาบ้าง?” ถ้าอยากรู้ละก็พี่เณรจะเล่าให้ฟัง...พี่เณรเป็นคนธรรมดาสามัญคนหนึ่งเกิดในหมู่บ้านชนบท ครอบครัวมีอาชีพทำนา ชีวิตในวัยเด็กชอบสนุกสนานเหมือนเด็กทั่วๆ ไป วันๆ มีแต่เรียนกับเล่น พอวันหยุดก็ไปช่วยพ่อเลี้ยงควาย พามันไปกินหญ้า ขี่หลังควายเล่นบ้าง

พอตกเย็นก็ช่วยต้อนควายเข้าคอก ในฤดูทำนาก็ช่วยพ่อแม่ดำนาปลูกข้าว แม้ฝนจะตกก็ทำงานกันไม่หยุด ชีวิตตอนนั้นค่อนข้างจะลำบากเหมือนกัน แต่ดีอยู่อย่างคือไม่ต้องไปคิดอะไรในอนาคต

ชีวิตในชนบทอยู่กันไปวันๆ แต่ละครอบครัวก็ทำมาหากินกันไป ไม่เคยทราบถึงเป้าหมายของการได้เกิดมาเป็นมนุษย์เลยว่าเราเกิดมาทำไม? รู้แค่เพียงว่าเกิดมาเรียน โตขึ้นก็ทำงาน มีครอบครัว แล้วก็เป็นผู้เฒ่าชรา จนในที่สุดก็ตายจากกันไป พี่เณรเห็นชีวิตใครๆ เขาก็เป็นอย่างนี้กันหมด คำว่า "เราเกิดมาสร้างบารมี" ไม่เคยได้ยินเลย พี่เณรว่าชาวโลกส่วนใหญ่เขาก็คงไม่รู้จักเหมือนกัน ไม่เชื่อน้องเณรลองไปถามดูเถอะ...ว่าคุณเกิดมาทำไม? ไม่ว่าจะเป็นมหาเศรษฐีลงมาจนกระทั่งถึงยาจกเข็ญใจจะมีใครสักกี่คนที่จะสามารถตอบได้ว่า "เราเกิดมาสร้างบารมี"

เนื่องจากพี่เณรเป็นลูกคนสุดท้องในบรรดาพี่น้อง ๘ คน โยมพ่อโยมแม่ท่านก็เลยรักและเป็นห่วงมาก เมื่อพี่เณรเรียนจบชั้นประถมแล้วได้เห็นพวกพี่ๆ เขาบวชกัน ก็อยากจะบวชกับเขาบ้าง เลยไปขอโยมแม่บวช แทนที่ท่านจะดีใจและอนุโมทนากลับคัดค้านไม่ยอมให้บวช พี่เณรต้องอ้อนวอนท่านอยู่หลายครั้งจนในที่สุดท่านก็อนุญาตให้บวช

พี่เณรบวชตั้งแต่อายุ ๑๑ ขวบ ตอนนั้นคิดว่าจะบวชสักพรรษาสองพรรษา แต่คงเป็นด้วยบุญเก่าส่งผลเป็นแน่แท้ จึงทำให้ที่เณรบวชมาได้ถึงทุกวันนี้ ถ้าจะถามว่าในตอนนี้พี่เณร

คิดถึงโยมพ่อโยมแม่ไหม? ก็ตอบตามตรงเลยว่า "ทั้งคิดถึงและสงสารท่าน" นึกเหมือนกันว่าโตขึ้นเราจะต้องตอบแทนบุญคุณท่านที่อุตสาห์เลี้ยงดูเรามา พออยู่ต่อๆ มา ก็ได้คิดว่า **"เราบวชอย่างนี้แหละ จึงจะตอบแทนบุญคุณท่านได้มากกว่าการอยู่เป็นฆราวาส"** เนื่องจากเราสามารถชักชวนให้ท่านทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนาได้ดีกว่า

เมื่อพี่เณรได้บวชแล้วก็ไปอยู่สำนักสงฆ์เล็กๆ แห่งหนึ่งกับหลวงปู่และเพื่อนสามเณรอีก ๒ รูป ที่นั่นคล้ายกับเป็นวัดประจำหมู่บ้าน พอตื่นเช้าขึ้นมาก็กวาดลานวัด แล้วออกบิณฑบาต ต้องออกแต่เช้ามืด ทางก็ไกล บางวันไม่ค่อยได้อะไร ได้ข้าวเหนียวกับหมูปิ้งมาชิ้นหนึ่ง ฉันไม่อิ่มท้อง ไม่รู้จะทำยังไงเลยพาเพื่อนๆ ไปปีนต้นมะพร้าว

มีอยู่วันหนึ่งเพื่อนขึ้นไปบิดลูกมะพร้าว พี่เณรอยู่ข้างล่างถือกระสอบรออยู่ พอลูกมะพร้าวหล่นลงมาก็จะเอากระสอบรับ พอเพื่อนบิดลูกมะพร้าว มะพร้าวแก่มันตกลงมาพร้อมๆ กัน ๖-๗ ลูก พี่เณรหลบแทนไม่ทัน ต้องทิ้งกระสอบแล้วเอามือปิดหัวไว้ ยังดีที่มะพร้าวไม่หล่นลงหัว ไม่ยังงั้นมีหวังหัวแตกหรือไม่ก็สลบเหมือดไปเลย จึงบอกกับตัวเองว่า "เข็ดแล้ว ไม่เอาอีกแล้ว" บิณฑบาตมาได้เท่าไหร่ก็พอใจแค่นั้น

ตอนออกไปรับบาตรในขณะที่ให้พรนั้น พี่เณรมีความคิดอย่างหนึ่งว่า "พรที่เราให้โยม เรายังแปลไม่ออกเลย แล้วญาติโยมจะเข้าใจได้อย่างไร?" พี่เณรจึงตั้งใจว่าจะต้องเรียนภาษา

บาลีให้ได้ ปกติแล้วพี่เณรจะท่องคำให้พรและมนต์บทต่างๆ ได้คล่องปากจำได้ขึ้นใจ ถึงทุกวันนี้ก็ยังไม่ลืม การท่องบทสวดมนต์ในตอนกลางคืน เราจะจุดเทียนไขดูหนังสือเพราะที่วัดยังไม่มีไฟฟ้า แต่เทียนไขก็หายาก ส่วนใหญ่จะจุดธูปดูหนังสือมีไฟแดงๆ ตรงปลายธูปพอที่จะเห็นตัวหนังสือได้ ใช้ธูปดีอยู่อย่างคือเวลาลมพัดไม่ดับเหมือนเทียนไข แต่ก็ต้องคอยเป่าขี้ธูปอยู่เรื่อยๆ ท่องไปก็เป่าไป

ถ้าวันไหนมีญาติโยมมานิมนต์ไปเจริญพระพุทธมนต์ในงานพิธีต่างๆ เช่น ขึ้นบ้านใหม่ วันนั้นก็จะได้ปัจจัยมาซื้อสบู่ยาสีฟัน และของจำเป็นต่างๆ เพราะที่วัดของพี่เณรนั้นลำบากจริงๆ ปัจจัยสี่ทุกอย่างต้องแสวงหาเอง แม้แต่น้ำจะดื่ม พี่เณรต้องไปหาบน้ำจากบ่อน้ำ ซึ่งห่างจากวัด ๓ กิโลเมตร ก็ถือว่าเป็นความลำบากสำหรับสามเณรตัวน้อยๆ อย่างมาก

บวชมาได้หนึ่งเดือนหลวงปู่ท่านให้พี่เณร "เรียนตัวธรรม" พี่เณรรู้สึกดีใจมาก นึกว่าจะได้เรียนธรรมะของพระพุทธเจ้า แต่ที่จริงแล้วตัวธรรมนั้นก็คือตัวอักษรโบราณคล้ายอักษรขอม เป็นการประสมประสานระหว่างอักษรล้านนากับอักษรลาว ท่านให้พี่เณรเรียนเพื่อจะสอนวิชาไสยศาสตร์ให้ เพราะคนแก่คนเฒ่าเขาจารึกคาถาอาคมไว้ด้วยอักษรนี้ และถือว่าเป็นอักษรที่ศักดิ์สิทธิ์ พี่เณรเรียนฝึกอ่านเขียนเพียงเดือนเดียว ก็สามารถอ่านออกเขียนได้ และเข้าใจเนื้อความได้ จนหลวงปู่ออกปากชม แล้วท่านก็ถ่ายทอดวิชาให้พี่เณร เช่น คาถากันงู กันสัตว์ร้าย คาถา

ป้องกันตัว คาถาเมตตามหานิยม ฯลฯ

จากนั้นพอเข้าพรรษา หลวงปู่ก็ให้ท่อง**นวโกวาท** เพื่อเรียนนักธรรมตรี พี่เณรและเพื่อนๆ สามเณรแข่งกันท่องได้หมดทั้งเล่มเลย แล้วพี่เณรยังท่องจบก่อนเพื่อนอีกด้วย หลวงปู่เลยถวายร่มและย่ามเป็นรางวัลสำหรับผู้มีความเพียร จากนั้นท่านก็สอนนักธรรมตรี แล้วพาไปสอบที่วัดเจ้าคณะอำเภอ ผลการสอบออกมาปรากฏว่าสอบผ่านทั้ง ๓ รูป หลวงปู่ท่านดีใจกับพวกเรามากจึงได้ถวายไตรจีวรองค์ละชุดและปัจจัย อีกองค์ละ ๒๐๐ บาท

พอออกพรรษาหลวงปู่ท่านก็สอนสมาธิแบบพุทโธให้ ตอนนั้นพี่เณรจำได้ว่านั่งไปแล้วเห็นดวงสว่างอยู่ตรงหน้า มีความรู้สึกเหมือนจะลอยได้จริงๆ มีความสุขมาก แต่ไม่รู้จะทำอย่างไรต่อไป จากนั้นพี่เณรก็ฝึกบ้างไม่ฝึกบ้าง เพราะไม่มีใครเคี่ยวเข็ญ

ในช่วงนั้นโยมพ่อโยมแม่ตามมารบเร้าให้พี่เณรลาสิกขาให้ออกไปช่วยทำงาน แต่พี่เณรก็ตอบปฏิเสธท่านไป เพราะว่าในขณะนั้นใจยังรักผ้าเหลืองอยู่ ยังอยากจะศึกษาให้ยิ่งขึ้นไปกว่านี้ อยากจะเรียนนักธรรมโทและบาลีด้วย จึงได้ปรึกษาหลวงปู่บอกความในใจให้ท่านทราบ ท่านได้นำไปฝากไว้ที่วัดเจ้าคณะอำเภอ ใจจริงแล้วก็ไม่อยากจะจากหลวงปู่ไป แต่หลวงปู่ก็สนับสนุนพี่เณร ท่านบอกว่า *“มีความรู้แล้วให้กลับมาช่วยพัฒนาวัดของเราบ้างนะ”* พี่เณรมีความรู้สึกเหมือนกับเราทอดทิ้งท่านไป จึงระลึกอยู่เสมอว่าสักวันหนึ่งข้างหน้า เราจะกลับมาตอบแทนพระคุณหลวงปู่ให้ได้

ที่วัดเจ้าคณะอำเภอมีสามเณร ๓๐ กว่ารูป อยู่ได้เพียง ๓ เดือนก็มีเพื่อนมาชวนไปหาวัด เพื่อศึกษาภาษาบาลีในกรุงเทพฯ พี่เณรตัดสินใจตอบตกลงทันที จึงพากันไปกราบลาท่านเจ้าอาวาส ท่านเห็นความตั้งใจดีของเราจึงเมตตาแนะนำวัดและพระที่ท่านรู้จัก ให้ชื่อที่อยู่เรียบร้อยแล้วยังถวายปัจจัยค่ารถรูปละ ๕๐๐ บาท พี่เณรรู้สึกซาบซึ้งในน้ำใจท่านเป็นอย่างมาก นอกจากนี้ยังหารถมาส่งที่ตัวจังหวัดด้วย พี่เณรสองรูปนั่งรถไฟเข้ากรุงเทพฯ ด้วยความตื่นเต้น และอธิษฐานขอให้ได้อยู่วัดที่ดีและได้เรียนบาลีสมความตั้งใจ

พอลงรถไฟที่หัวลำโพง ก็รู้สึกตะลึงในความใหญ่ของกรุงเทพฯมาก ไม่รู้จะไปทางไหนพี่เณรจึงเดินไปถามโยมกลุ่มหนึ่ง แทนที่เขาจะตอบกลับมองหน้ากันแล้วยิ้มน้อยยิ้มใหญ่ เพื่อนสามเณรจึงสะกิดแล้วกระซิบว่า “อย่าเว่าลาว ให้เว่าไทยกับเผิ่น”

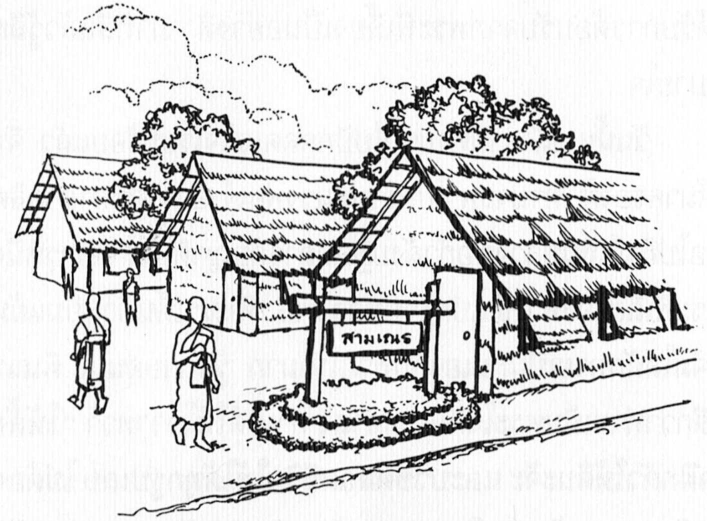
พี่เณรจึงถามเขาใหม่ด้วยภาษาไทยทีไม่ค่อยจะชัดนัก เขาจึงบอกทางไปวัดให้ ตอนจะข้ามถนนพี่เณรไม่รู้จักสัญญาณไฟเขียวไฟแดง กลัวรถจะชนมาก เวลาข้ามถนนทีก็ต้องเดินตามเขาไป พอขึ้นรถเมล์ก็ต้องระวัง กลัวโยมผู้หญิงจะมาถูกตัว เพราะคนแน่นมากเหลือเกิน กว่าจะถึงวัดนั้นได้ต้องนั่งรถหลายต่อด้วยความทุลักทุเลจริงๆ

พอไปถึงวัด ถามหาพระที่เจ้าอาวาสท่านแนะนำ อนิจจา! พระรูปนั้นย้ายไปอยู่วัดอื่นเสียแล้ว พี่เณรจึงต้องออกเดินทางไปหาวัดอื่นอยู่ เพราะพระที่นั่นบอกว่า “ผู้ที่จะมาอยู่วัดนี้ได้

ต้องสอบได้นักธรรมเอกเป็นอย่างน้อย หรือไม่ก็สอบได้ประโยค ๓ แล้ว หรืออีกอย่างหนึ่งต้องสอบเข้า ด้วยการท่องบาลีไวยา-กรณ์เบื้องต้นให้จบ” พี่เณรไม่เคยท่องมาเลย จบแค่นักธรรมตรีเท่านั้นเองจะเอาความรู้ที่ไหนมาสอบเข้า จึงไปขอเข้าอยู่ที่วัดอื่น พี่เณรรู้สึกผิดหวังมาก แต่ก็ยังไม่หมดหวัง ไปขอพักอยู่อีกหลายวัด บางวัดมีการจัดงานศพบ่อยๆ ก็ต้องช่วยเขาจัดดอกไม้ยกของสารพัด ทำงานหนักจังเลย แต่ก็ทนเอา พอขอเขาอยู่ประจำเขาก็ตอบปฏิเสธหมด

เมื่อพี่เณรมองดูตัวเอและมองดูเพื่อนก็แทบจะร้องไห้ไปด้วยกัน กว่าจะหาวัดอยู่ได้มันช่างยากลำบากเหลือเกิน ไม่เหมือนน้องเณรหลายๆ รูปที่มีโอกาสดีได้อบรมที่วัดสาขา อบรมเสร็จพระอาจารย์ก็พามาอยู่ที่วัดพระธรรมกายเลย บางรูปโชคดียิ่งกว่านั้นอีก ญาติโยมพามาบวชที่วัดแล้วอยู่ต่อที่นี่เลย โดยไม่ต้องไปแสวงหาวัดเหมือนพี่เณร จึงอยากจะให้น้องเณรรักษาความมีโชคนี้ไว้

ตอนที่พี่เณรไปหาวัดอยู่ บางวัดท่านเจ้าอาวาสก็ยินดีรับแต่ว่าวัดนั้นไม่มีการเรียนบาลี พี่เณรจึงขอท่านพักอยู่เพียงคืนเดียวแล้วกราบลาท่านไปหาวัดอื่นอยู่ต่อพอรุ่งขึ้นพี่เณรกับเพื่อนจึงตัดสินใจกลับวัดที่ต่างจังหวัดเหมือนเดิม ด้วยความหวังว่าโอกาสหน้าจะกลับมาใหม่ พอกลับมาถึงวัด หลวงพ่อเจ้าอาวาสท่านก็ปลอบใจช่วยให้กำลังใจเรา ท่านเองก็ไม่รู้จะทำอย่างไร ในใจของพี่เณรนั้นคิดอยากจะมาเรียนบาลีในกรุงเทพฯมาก แต่ไม่



รู้จะหาลู่ทางมาได้อย่างไร

วันหนึ่ง พี่เณรได้ฟังวิทยุเขาประกาศว่า "วัดพระธรรมกายจะเปิดรับสมัครอบรมสามเณรทั่วประเทศเป็นระยะเวลา ๑ เดือน หลังจากการอบรมเสร็จสิ้นลง หากสามเณรรูปใดประสงค์จะอยู่ต่อ ทางวัดก็ยินดีให้การสนับสนุน" น้องเณรรู้ไหมว่า พี่เณรดีใจเป็นที่สุดเลย พอได้ฟังแล้วก็รีบไปบอกหลวงพ่อเจ้าอาวาส

หลวงพ่อท่านก็เมตตาเหมารถมาส่งถึงวัดพระธรรมกายเลย และท่านยังให้สามเณรที่วัดของท่านร่วมมาด้วยอีก ๑๐ รูป แล้วสั่งว่า "เณรรูปไหนอยู่ได้ก็อยู่ต่อไปเลย แล้วอย่าลืมส่งข่าวมาให้หลวงพ่อทราบด้วยก็แล้วกัน" จริงๆ แล้วช่วงนั้นพี่เณรก็ไม่ได้ตั้งใจจะมาอยู่วัดพระธรรมกายหรอก คิดเพียงว่าจะมาอบรมดูก่อน ถ้าอยู่ได้ก็จะอยู่ พอมาถึงวันแรกพี่เณรและคณะ

ได้รับการต้อนรับจากพระพี่เลี้ยงเป็นอย่างดี มาที่นี่แล้วรู้สึกสบายใจ

วันนั้น หลังจากท่านพาไปปักกลดเสร็จเรียบร้อยแล้ว จึงให้มาครองผ้า ท่านจะพาไปกราบหลวงพ่อเจ้าอาวาสที่ศาลาดุสิต พอไปถึงก็เห็นหลวงพ่อกำลังปฏิสันถารกับญาติโยม สักครู่หนึ่งพระพี่เลี้ยงจึงพาเข้าไปกราบหลวงพ่อ พี่เณรเห็นท่านยิ้มแย้มแจ่มใสทักทายเป็นกันเองกับพวกเรามาก รู้สึกอบอุ่นใจ พี่เณรรู้สึกว่าท่านเป็นพระใจดีมีเมตตาสูง ท่านได้ให้โอวาทว่า **"ให้ตั้งใจฝึกตัวให้ดีนะจ๊ะ และบวชตลอดชีวิตให้ได้ทุกรูปเลย ไม่ต้องลาสิกขา แล้วมาเป็นทหารกล้าแห่งกองทัพธรรมช่วยกันสืบสานอายุพระพุทธศาสนากับหลวงพ่อ ทุกรูปเลยนะจ๊ะ"**

พี่เณรรู้สึกประทับใจหลวงพ่อเป็นอย่างมาก ท่านพูดกับพวกเราด้วยความรักความเอ็นดู หลวงพ่อเป็นเสมือนร่มโพธิ์ร่มไทรที่ให้พวกเราได้พึ่งพิง เหมือนคนเดินทางไกล ผ่านทะเลทรายอันกว้างใหญ่ซึ่งร้อนระอุ ขาดแคลนทั้งน้ำและอาหาร ได้มาพบกับแหล่งน้ำและป่าไม้อันสมบูรณ์ในท่ามกลางทะเลทราย ทำให้เราได้พบกับชีวิตใหม่ พี่เณรมีความรู้สึกว่าได้มาเริ่มต้นชีวิตใหม่จริงๆ เป็นชีวิตที่มีคุณค่า เพราะได้รู้ว่า **"เราเกิดมาสร้างบารมี" คำๆ นี้เป็นคำที่ยิ่งใหญ่เป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญที่สุดของชีวิต** ใครเกิดมาแล้วได้ทราบอย่างนี้ต้องถือว่าเป็นผู้มีบุญมาก

น้องเณรลองคิดดูซิว่า มนุษย์ ๕ พันกว่าล้านคน มีเพียงพวกเราจำนวนไม่เท่าไหร่ ที่รู้ว่าเกิดมาทำไม? อะไรคือเป้าหมาย

ของชีวิต? **“พระธรรมกายคือเป้าหมายของชีวิต”** และเป็นสิ่งเดียวเท่านั้นที่จะทำให้เราพ้นทุกข์พบสุขแท้จริง ใครที่รู้อย่างนี้ต้องถือว่าเป็นผู้มีบุญมาก ขอให้น้องเณรรักษาความเป็นผู้มีบุญนี้เอาไว้ แล้วจงใช้โอกาสใช้บุญนี้ ด้วยการสร้างบารมีให้เต็มที่ เพราะไม่มีการสูญเสียใดที่จะยิ่งใหญ่ไปกว่า การสูญเสียโอกาสในการสร้างบารมี

วันเวลาได้ผ่านไป จากความตั้งใจเดิมเพียงแค่จะมาเรียนบาลีเท่านั้น พอได้มาอบรมที่วัดพระธรรมกาย พี่เณรได้ซึมซับความรู้และคุณธรรมหลายอย่างจากพระอาจารย์ พระพี่เลี้ยงและได้เห็นต้นแบบที่ดีงามจากหลวงพ่อและหมู่คณะ ตลอดจนได้เห็นทั้งพระภิกษุสามเณร และอุบาสกอุบาสิกามาจากทั่วสารทิศ บางท่านก็มาไกลจากต่างประเทศ ทุกท่านล้วนตั้งใจสละชีวิตเพื่อช่วยงานพระศาสนา ด้วยหวังเอาบุญบารมีเป็นที่ตั้ง เพื่อร่วมกันสร้างสันติสุขให้เกิดขึ้นแก่โลก

ความรู้สึกจากจิตใต้สำนึกผุดขึ้นมาว่า **“เราจะต้องเป็นนักสร้างบารมีคนหนึ่งในวัดพระธรรมกายให้ได้”** ความตั้งใจเดิมจึงค่อยๆ เปลี่ยนไป เพราะสิ่งที่พี่เณรได้รับนั้นช่างมากมายมหาศาลจริงๆ อุปมาเหมือนกับว่าจะมาเอาเพชรสักเม็ด แต่สิ่งที่พี่เณรได้คือ “ภูเขาเพชรทั้งลูก” ความจริงมันเป็นอย่างนั้นจริงๆ เป็นเพชรเม็ดงามที่ต้องตาต้องใจ ใครๆ ก็ปรารถนาอยากจะได้กัน เพชรเม็ดนั้นคือ **“พระธรรมกายภายในที่ใสยิ่งกว่าเพชรใหญ่โตราวกับภูเขาเพชร ทรงคุณค่ายิ่งกว่ารัตนะใดๆ ในโลก”**

พี่เณรได้มาพบเส้นทางชีวิตที่ถูกต้องแล้ว และตั้งใจว่าจะร่วมสร้างบารมีกับหมู่คณะตลอดไป แต่แน่นอน...บนหนทางแห่งการสร้างบารมีมิได้โรยด้วยกลีบกุหลาบ ดังนั้นเราจึงต้อง **"มีอุดมการณ์ หลักการ และวิธีการในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง"** พระพุทธองค์ตรัสให้โอวาทแก่เหล่าพระสาวกในวันมาฆบูชามหาสมาคมเอาไว้ว่า

"ความอดทน คือความทนทานเป็นตบะอย่างยิ่ง

ท่านผู้รู้ทั้งหลายย่อมกล่าวพระนิพพานว่าเป็นเยี่ยม

บรรพชิตผู้ฆ่าสัตว์อื่น เบียดเบียนสัตว์อื่น ไม่ชื่อว่าสมณะเลย

สามประการนี้ คือ**อุดมการณ์**ของชาวพุทธที่พระพุทธเจ้าทั้งหลายทรงสั่งสอน

การไม่ทำบาปทั้งปวง

การบำเพ็ญกุศลให้ถึงพร้อม

การทำจิตของตนให้ผ่องแผ้ว

สามประการนี้ คือ**หลักการ**ของชาวพุทธที่พระพุทธเจ้าทั้งหลายทรงสั่งสอน

การไม่เข้าไปว่าร้ายกัน

การไม่เข้าไปล้างผลาญกัน

ความสำรวมในพระปาฏิโมกข์

ความเป็นผู้รู้ประมาณในภัตตาหาร

การอยู่ในเสนาสนะอันสงัด

ประกอบความเพียรในอธิจิต

หกประการนี้ คือ**วิธีการ**ของชาวพุทธ ที่พระพุทธเจ้าทั้งหลายทรงสั่งสอน"

โอวาทปาฏิโมกข์เป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตของพวกเรานักสร้างบารมี พี่เณรเองก็ยังสอนตัวเองอยู่เสมอว่า **"เราต้องอดทนให้ถึงที่สุด ต้องรักษามโนปณิธานเอาไว้ยิ่งชีวิต หากจะต้องตายก็จะขอยอมตายในเพศสมณะ"** พี่เณรต้องหมั่นตอกย้ำตนเองอยู่ตลอดเวลา อธิษฐานจิตทุกวัน เพื่อจะได้ไม่ประมาทในชีวิต

ตอนนี้ชีวิตของน้องเณรดำเนินมาถูกทางแล้ว เป็นทางที่ประเสริฐสุด เป็นหนทางแห่งความสุขอันนิรันดร์ จงก้าวต่อไปเถิด พี่เณรจะขอเป็นเพื่อนร่วมทางด้วย **เราจะดำเนินชีวิตอยู่บนหนทางสายกลางนี้ไปพร้อมๆ กัน ด้วยการดำเนินจิตเข้าสู่ภายใน ทำใจให้หยุดนิ่ง หยุดในหยุดไปเรื่อยๆ จนถึงที่สุดแห่งธรรม**

ในช่วงเทศกาลแห่งความรักนี้ พี่เณรขอมอบความรักและความปรารถนาดีแด่น้องเณรอย่างจริงใจ พี่เณรอยากให้น้องเณรรักตัวเองให้มาก พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า **"นตฺถิ อตฺตสมํ เปมํ...รักใดเสมอด้วยรักตน ไม่มี"**

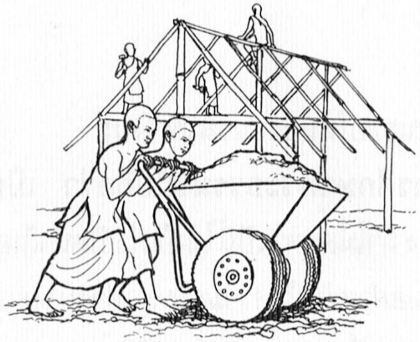
ถ้าน้องเณรรักตัวเองจริง ก็จงหยิบยื่นสิ่งที่ดีที่สุดให้กับตัวเอง นั่นคือ **"ให้การเข้าถึงพระธรรมกาย และให้โอกาสในการสร้างบารมีแก่ตัวเราเอง"** การให้อย่างนี้ถือว่าเป็นการให้ในสิ่ง

ที่ดีที่สุดสำหรับตัวเอง แล้วเราจะช่วยกันหยิบยื่นสิ่งที่ดีที่สุดนี้ให้แก่ชาวโลก การให้ที่ยิ่งไปกว่านี้ไม่มีอีกแล้ว **"การให้การเข้าถึงพระธรรมกาย จึงเป็นของขวัญอันยิ่งใหญ่ที่สมควรให้แก่บุคคลที่เรารักในโอกาสที่ดีเช่นนี้"**

พี่เณรขอมอบความรักอันบริสุทธิ์ที่เกิดจากการเข้าถึงพระธรรมกายให้แก่น้องเณรด้วยดวงใจ ขอให้น้องเณรจงมีกำลังใจที่เข้มแข็ง พร้อมที่จะฟันฝ่าอุปสรรคทั้งหลาย ให้ทุกรูปสอบผ่านบาลีได้โดยง่าย ให้เป็นผู้สมบูรณ์ด้วยปริยัติ ปฏิบัติ และปฏิเวธ ให้มีดวงตาเห็นธรรม ได้เข้าถึงพระธรรมกายโดยเร็วพลันเทอญฯ

โลกกล่าวขานเทศากาลแห่งความรัก
พึงประจักษ์รักแนบแน่นถึงแก่นแท้
ขอน้องเณรรักธรรมะอย่าผันแปร
มอบรักแท้แด่น้องเณรด้วยดวงใจ

ความรักใดฤๅเทียบเท่ารักตน
คือรักสิ่งบริสุทธิ์และสดใส
รักการหยุด การนิ่ง ยิ่งสิ่งใด
รักการให้ธรรมกายแก่โลกเอย...



๓
ความลำบากสร้างคน

สวัสดีน้องเณรที่คิดถึง

ช่วงนี้คงโปร่ง โล่ง เบา สบายกันทุกรูปนะ เพราะการสอบบาลีก็ได้ผ่านพ้นไปแล้ว ไม่ทราบว่าน้องเณรทำข้อสอบได้หรือเปล่า หวังว่าคงทำกันได้นะ เพราะน้องเณรเก่งกันทุกรูปอยู่แล้ว ส่วนพี่เณรเองก็พอทำได้ เราทำเต็มความสามารถแล้ว ส่วนผลการสอบจะออกมาอย่างไร ก็ปล่อยให้มันเป็นไป ได้ก็ดี ไม่ได้ก็แล้วไป ปีหน้าก็เอาใหม่คิดเพียงว่า *'เราตั้งใจเรียน ตั้งใจทำข้อสอบสุดความสามารถของเราแล้ว ผลจะออกมาเป็นอย่างไรก็ช่าง เราจะไม่สะทกสะท้าน เพราะถือว่าเราทำดีที่สุดแล้ว'* แต่อย่างไร

ก็ตามพี่เณรขอให้น้องเณรสมหวังนะ

การศึกษาพระธรรมวินัยถือว่า เป็นการสร้างบารมีอย่างหนึ่ง ถ้าไม่สมหวังปีนี้ ไม่เป็นไร ปีหน้าก็เอาใหม่ *ความสำเร็จย่อมมีเสมอสำหรับผู้มีความเพียร* อย่างน้อยเราก็ได้ปัญญาบารมี มีเพื่อนๆ ของพี่เณรหลายรูปเอาชีวิตพรหมจรรย์ไปผูกไว้กับการศึกษา พอสอบตกเขาก็ตัดสินใจลาสิกขา หันเห ชีวิตออกจากเส้นทางนี้ไป ทำให้สูญเสียโอกาสในการสร้างบารมีไปอย่างน่าเสียดาย เพราะ**ไม่มีการสูญเสียใดที่จะยิ่งใหญ่ไปกว่าการสูญเสียเวลาและโอกาสในการสร้างบารมี** พี่เณรก็ได้แต่เสียดายแทนเพื่อน เพราะเมื่อเขาออกไปแล้ว ยากเหลือเกินที่จะหวนกลับมาอีก ส่วนมากที่ออกไปแล้ว ก็มักจะมานึกเสียดายในภายหลัง

บางคนเขียนจดหมายมาบอกว่า ตัวเขาเองคิดผิด ที่ด่วนตัดสินใจเร็วเกินไป ชีวิตต้องไปตกอยู่ท่ามกลางความยากลำบาก ต้องแก่งแย่งชิงดีในการทำมาหาเลี้ยงชีพ และต้องทนอะไรอีกหลายๆ อย่าง ทำให้จิตใจตกต่ำลง ไปเรื่อยๆ ไม่เหมือนตอนเป็นสามเณร อยู่ที่วัดสะดวกสบายทุกอย่าง ได้ทำความดีเต็มที่ และยังมีพระพี่เลี้ยงคอยแนะนำสั่งสอนให้ทำแต่สิ่งที่ดี

ชีวิตของเขาน่าสงสารเหมือนกันพี่เณรทำได้เพียงแค่เขียนจดหมายตอบไป ให้กำลังใจให้เขามาวัดบ่อยๆ จะได้มีบุญเยอะๆ เอาไว้ต่อสู้กับอุปสรรค ถ้าเรามีบุญมาก ทำอะไรก็จะสำเร็จได้ง่าย พี่เณรไม่อยากเห็นน้องเณรเป็นอย่างนั้นเลยจริงๆ

ตอนนี้น้องเณรทุกรูปดำเนินชีวิตถูกต้องแล้ว จงดีใจ

เถอะว่าเราคิดถูกแล้วที่มาบวช เราต้องแยกให้ออกว่าสิ่งไหนคือเรื่องหลัก สิ่งไหนคือเรื่องรอง **เรื่องหลักของเราคือเราเกิดมาสร้างบารมี และตั้งใจฝึกฝนตัวเองให้เข้าถึงพระธรรมกายให้ได้** ส่วนการเรียนเป็นเรื่องรองลงมา

เมื่อคิดได้อย่างนี้ น้องเณรจะไม่ไขว้เขวจากเป้าหมายที่แท้จริงของเรา และขอให้รักษาเป้าหมายให้มั่นคงอยู่ในใจตลอดเวลาจะทำให้เราก้าวไปบนเส้นทางบุญสายนี้ด้วยจิตใจที่เบิกบาน ไม่หวั่นไหวต่ออุปสรรคที่จะเกิดขึ้นในภายภาคหน้า

ตัวพี่เณรเอง ตอนเข้ามารับการอบรมใหม่ๆ ก็อาศัย **'ความอดทนและกำลังใจ'** นี่แหละจึงประคับประคองตนเองมาได้จนถึงปัจจุบันนี้ เราต้องให้กำลังใจตัวเองว่าเราต้องเข้มแข็งตลอดเวลา เพราะเมื่อก่อนการอบรมต้องฝึกหนักทั้งกิจวัตรและกิจกรรม บทฝึกของพระอาจารย์ค่อนข้างหนักมากๆ ท่านก็ปรารถนาจะให้เราเป็นสามเณรที่สมบูรณ์ เป็นสามเณรที่โลกต้องการ ดังนั้นเราจึงฝึกตัวกันหนักมาก

ก่อนที่พี่เณรจะเดินทางมาวัดพระธรรมกาย ได้วาดภาพเอาไว้อย่างสวยหรูว่า วัดพระธรรมกายทุกอย่างคงจะสะดวกสบาย เพราะเห็นในภาพโปสเตอร์มีโบสถ์สง่างาม มีน้ำตก มี ต้นไม้เขียวขจี แต่พอได้เข้าอบรมจริงๆ ก็ได้รับบทฝึกตนเองที่เคร่งครัด สมถะ สันโดษ เนื่องจากสถานที่ที่ใช้ในการอบรมอยู่กลางทุ่งโล่ง ซึ่งปลูกต้นกัลปพฤกษ์เต็มไปหมด สูงเพียงเอว ทันทีที่ก้าวเท้าลงจากรถ มองไปทางไหนก็มีแต่ทุ่งนาฟ้าโล่ง กับลานกัลป-

พฤกษ์ (ปัจจุบันเป็นอาศรมอุบาสิกา) ซึ่งใช้เป็นสถานที่ปักกลดของสามเณร

พอมาถึงแผนกสามเณร (ตอนนั้นอยู่ใกล้กับสถานพยาบาล) หลวงพี่ชิน (พระมหาสุรพล ชินกุโล) ซึ่งเป็นพระอาจารย์หัวหน้าแผนกสามเณร น้องเณรอาจจะไม่รู้จัก เพราะเดี๋ยวนี้ท่านมาช่วยงานพิเศษของหลวงพ่อ หลวงพี่ชินมีรูปร่างสูงใหญ่ ดูแล้วน่าเกรงขาม ท่านเรียกพวกเราเข้ามาในกุฏิ ตอนนั้นมากันหลายรูป แล้วท่านก็บอกให้วางกระเป๋าที่ใส่สัมภาระลง แล้วให้พระพี่เลี้ยงตรวจดูย่ามว่ามีของต้องห้าม เช่น ของมีคม บุหรี่ ยาเสพติด ฯลฯ มาด้วยไหม โชคดีที่พี่เณรไม่มีของที่ผิดกฎระเบียบ แต่วันนั้นหลวงพี่ท่านได้ตรวจเจอของหลายอย่าง เช่น บุหรี่ มาม่า มีด ฯลฯ

ท่านก็เก็บเอาไว้แล้วก็พูดปฐมนิเทศสั้นๆ กับพวกเรา ซึ่งพี่เณรยังจำได้ตลอดว่า *"ใครมีเขี้ยวเล็บ สิ่งไม่ดีต่างๆ ที่ติดตัวมาจากบ้าน ให้กองไว้ที่ประตูหน้าวัด ไม่ต้องเอาเข้ามาด้วย ต่อไปนี้เรามาฝึกตัวเป็นคนดี ไม่มีพิษสง ขอให้พร้อมที่จะฝึกตัวกันอย่างเต็มที่"*

จากนั้น ท่านก็ให้เอาอุปกรณ์สำหรับปักกลดอยู่ธุดงค์ลงไปที่ลานกัลปพฤกษ์ เราก็กางกลดกัน โดยนอนบนพื้นดินที่ปูด้วยผ้าพลาสติก พี่เณรชอบใจป้ายอันหนึ่งที่ปักอยู่ด้านหน้า บนแผ่นไม้แกะสลักคำขวัญประจำแผนก สามเณรว่า **'ความลำบากสร้างคน ความสบายฆ่าคน'**



หลวงพี่ท่านจึงให้บทฝึกอันดับแรกคือการอยู่กลด ในช่วงนี้เองทำให้พี่เณรได้ข้อคิดว่า ความลำบากทำให้ชีวิตเราได้ฝึกความทรหดอดทน เพราะช่วงนั้นเป็นฤดูฝน แค่คืนแรกของการปักกลด เหมือนเทวดาทดลองกำลังใจของเหล่าสามเณร ที่เข้ามารับการอบรม คืนนั้นฝนตกหนัก ฟ้าร้องลั่น คำรามอย่างน่ากลัว ลมพายุพัดอย่างแรง ไฟฟ้าดับหมด ฝนตกหนัก ลูกเห็บก็ตก แค่ออกนอกกลด ก็โดนลูกเห็บเจ็บแสบไปทั้งตัว พี่เณรเองไม่ยอมออกนอกกลด บอกกับตัวเองอยู่ในใจว่า *'เราต้องอดทนอยู่ในกลดให้ได้ๆ'*

คืนนั้นทั้งคืนพี่เณรต้องนั่งยองๆ พิงเสากลด นั่งหลับด้วยความอ่อนเพลีย หารู้ไม่ว่าข้างๆ มีงูและตะขาบอยู่เป็นเพื่อน มันคงหนาว จึงขอเข้ามานอนด้วย พี่เณรคิดว่าตัวเราคงแย่ที่สุด

พอรุ่งขึ้นเห็นเพื่อนบางรูปเจอมรสุมหนักกว่าพี่เณรอีก เพราะน้ำท่วมตัวต้องนอนแช่น้ำ พอรู้สึกตัวตื่นขึ้นมา ก็นั่งสั่นเป็นลูกนกตกน้ำไปเลย บางรูปถูกตะขาบที่หนีน้ำมาอาศัยอยู่ด้วยกัดเจ็บปวดมากแทบไข้ขึ้น

เราเจอเหตุการณ์อย่างนี้บ่อยๆ ตลอดการอบรมร่วม ๑ เดือน จะว่าสนุกก็สนุก จะว่าทุกข์หรือ ก็ไม่ถึงกับทุกข์ คือลำบากกายแต่รู้สึกเป็นสุขใจ เพราะการอยู่กลดเหมือนกับเราได้อยู่ในโลกส่วนตัว แต่ถ้าวันไหนฝนตกก็แย่หน่อย หลวงพี่ท่านต้องการทดสอบกำลังใจเรา จึงไม่ยอมให้เข้ากุฏิ เพราะ**นี่เป็นการฝึกด่านแรก คืออาศัยธรรมชาติเป็นบทฝึกความอดทน**

คืนหนึ่ง ท่ามกลางความหนาว เย็นที่เงียบสงัด ฝนตกพรำๆ พี่เณรได้ยินเสียงสะอื้นของเพื่อนที่จำวัดอยู่ข้างๆ พี่เณรลุกขึ้นคิดอยู่ในใจว่า 'เพื่อนคงไม่สบาย' จึงเข้าไปถามว่า 'ไม่สบายหรือเปล่า' เพื่อนก็บอกเขาไม่ได้เป็นอะไร 'แล้วร้องไห้ทำไม' พี่เณรถามไป เพื่อนก็ตอบสั้นๆ ว่า 'ผมคิดถึงบ้าน ผมอยากกลับบ้าน'

พี่เณรฟังเสียงที่สั่นพร่า เคล้ากับน้ำตาของเพื่อนแล้ว พี่เณรถึงกับนิ่งอึ้ง คำพูดที่จะพูดต่อมันจุกที่คอ ได้แต่คิดในใจว่า 'ให้ร้องไห้สักครู่ เดี๋ยวจะไปปลอบ' พอรุ่งขึ้นก็ไปให้กำลังใจ มีเพื่อนหลายรูปที่แอบร้องไห้ โดยที่หลวงพี่ไม่รู้ ก็ได้แต่ผลัดกันให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ช่วงนี้เป็นช่วงวัดกำลังใจ ใครทนได้ต้องถือว่าเป็นนักสู้จริงๆ พี่เณรก็บอกตัวเองว่า **'ทนตั้งแต่วันนี้ วันต่อไปจะได้ไม่ต้องทน'** แล้วก็กัดฟันทนไป จนทำให้ผ่านช่วงนั้น

มาได้ แต่ทว่าเพื่อนๆ คนแล้วคนเล่า ตัดสินใจขอเลิกการอบรม พากันทยอยเก็บกลดชักส่งแล้วกลับบ้านไป พี่เณรเห็นครั้งแรกก็ใจฝ่อเหมือนกัน บอกกับตัวเองว่า **'ขออย่าได้เป็นเราเลย'** พี่เณรพยายามให้กำลังใจเพื่อนๆ แต่ทัดทานเท่าใดเพื่อนเขาก็ไม่ยอมอยู่ ก็ได้แต่ทำใจและนึกเสียดายแทน

ตอนเป็นน้องใหม่ ยังต้องเจอบทฝึกอีกหลายๆ อย่างควบคู่ไปกับกิจวัตรประจำวันดังนี้ คือ

๔.๓๐ น.	ตื่นนอน
๕.๐๐ น.	ทำวัตรเช้า-นั่งสมาธิ
๖.๐๐ น.	รับบุญทำความสะอาด
๗.๐๐ น.	ฉันเช้า (พร้อมกับฟังหลวงพี่เล่าธรรมะ)
๘.๓๐ น.	นั่งสมาธิ
๑๑.๐๐ น.	ฉันเพล
๑๓.๐๐ น.	นั่งสมาธิ
๑๖.๓๐ น.	รับบุญรดน้ำต้นไม้ พัฒนาสถานที่
๑๘.๐๐ น.	สรงน้ำ ซักผ้า
๑๙.๐๐ น.	ทำวัตรเย็น-นั่งสมาธิ
๒๐.๓๐ น.	พักผ่อน อ่านหนังสือ
๒๒.๐๐ น.	จำวัด

เจอกิจวัตรแบบนี้ ตอนแรกๆ ก็ อึดอัดบ้าง แต่นานๆ เข้าก็คุ้นไม่มีอะไร กลับรู้สึกภูมิใจว่าเราได้ทำตัวให้มีคุณค่าขึ้น อาศัยที่พี่เณรมีเป้าหมาย รักในการที่จะฝึกตนเอง จึงสามารถ

ประคับประคองฝ่าฟันอุปสรรคมาได้

เวลาที่สนุกของพี่เณร คือเวลารับบุญ หลวงพี่ท่านจะมีบทฝึกแปลกๆ สำหรับน้องใหม่ เป็นการลดทิฏฐิมานะ อนุรักษ์ความสะอาด บุญอันดับแรกได้แก่ **'ขัดวิมาน'** เป็นศัพท์ที่ฟังแล้วอยากทำ พี่เณรฟังครั้งแรกก็สงสัยเหมือนกันว่า 'เอ! มันยังไงกันนะขัดวิมาน' หลวงพี่ท่านก็พาเข้าไปในห้องน้ำแล้วก็สอนการขัดล้างห้องน้ำนี่เอง เรียกว่าขัดวิมาน หลวงพี่ท่านก็จะคอยแนะนำว่าให้ล้วงลึกๆ **ยิ่งล้วงลึก ยิ่งใสสะอาด** (ล้วงคอห่าน)

ครั้งแรกก็รู้สึกรังเกียจ แต่เมื่อนึกถึงคำสอนของคุณยายที่หลวงพี่ท่าน เล่าถ่ายทอดให้ฟังว่า *'เราขัดวิมาน ก็เหมือนขัดกิเลสออกไปจากใจ มือของเราถึงจะสกปรกเพราะล้วงลงไป แต่เราสามารถล้างให้สะอาดได้ในภายหลัง เมื่อเราทำได้สะอาดหมดจด วิมานเราก็สะอาด สว่างไสวด้วยเช่นกัน'*

พี่เณรเองก็รู้สึกเช่นนั้นว่ามือเราจะสกปรกก็จริงแต่เมื่อเราล้างเสร็จ โถส้วมสะอาดหมดจด เราเห็น เราก็รู้สึกใจสะอาดเกลี้ยงเกลา บริสุทธิ์ไปด้วย คนอื่นมาเห็นเขาก็รู้สึกเช่นนั้นเหมือนกัน เท่ากับเราหยิบยื่นความสุข ความสบายใจ ความสะอาดให้คนอื่นไปด้วย

เวลากวาดวัด ทำความสะอาดรอบๆ บริเวณกุฏิก็ดี หลวงพี่ท่านก็สอนว่า **ให้นึกเหมือนเรากำลังกวาดกิเลสออกไปจากใจ** จะทำให้เราเบิกบานในงานบุญที่เรากำลังทำอยู่

ในเวลาฉัน ทั้งฉันเช้าและฉันเพล พระพี่เลี้ยงท่านจะบอก



ให้นั่งตัวตรงๆ แรกๆ ก็มีเผลอบ้าง เพราะตอนอยู่บ้านชอบนั่งหลังงอซะเคย น้องเณรเองก็ต้องพยายามนั่งให้ตรง เพราะเป็นบุคลิกที่ดี เท่ากับมีสมบัติอันล้ำค่าอยู่กับตัวเอง หลวงพี่ก็สอนว่า *'เวลาฉันข้าว ต้องไม่ให้มีเสียงดัง ให้มีสติ นั่งตัวตรงๆ ไม่ก้มลงไปหาจาน เราไม่ได้ไปขโมยใครเขากิน ต้องฉันอย่างองอาจ ดูงดงาม น่าเลื่อมใส เป็นที่ตั้งแห่งศรัทธาแก่ผู้พบเห็น'*

พอฉันเสร็จ ต้องมีการสำรวจดูว่ารูปใดฉันไม่หมด หลวงพี่ท่านก็จะบอกว่า *'เราต้องรู้จักประมาณท้องของเรา ต้องฉันให้พออิ่มเท่านั้น ข้าวปลาอาหารแต่ละอย่างกว่าจะได้มา โยมต้องทำงานหาเงิน ตากแดดตากฝน อาบเหงื่อต่างน้ำ เวลาเขาถวายก็จบเหนือหัว อธิษฐานแล้วอธิษฐานอีก ดังนั้นเราจึงเหมือนใช้ของอยู่บนหัวชาวบ้าน* ***ต้องใช้ให้คุ้มค่า ให้พอดี อย่ากินทิ้งกินขว้าง ให้ฉันอย่างเป็นนาย อย่าฉันอย่างเป็นหนี้'***

ฉันเสร็จเรียบร้อยก็จะใช้ทิชชูเช็ด ทำความสะอาดภาชนะก่อน ทุกรูปจะได้ทิชชูรูปละม้วน โดยม้วนหนึ่งต้องใช้ให้ได้ ๑๕ วัน การใช้กระดาษทิชชูทำความสะอาด ก็เพราะว่าเวลาเอาภาช-

นะไปล้างน้ำจะได้ไม่สกปรกมาก ทำให้ไม่เปลืองน้ำมาก ไม่ต้องเปลี่ยนน้ำบ่อยๆ

แม้การปอกผลไม้ ไม่ว่าจะเป็นส้มหรือกล้วย ท่านก็สอนว่า *'การปอกผลไม้ อย่าให้เปลือกเป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อย ดูแล้วไม่สวยงามและเก็บทิ้งยาก'*

การรินน้ำใส่แก้วท่านก็สอนให้กะระดับน้ำต่ำกว่าขอบแก้วประมาณ ๑ ซ.ม. เวลายกฉันจะได้ไม่หก การฉันก็ต้องค่อยๆ ฉันโดยเอาขอบแก้วแตะริมฝีปาก ไม่ใช่เอาปากคาบขอบแก้ว ขณะฉันก็อย่าให้มีเสียงดังอึกๆ

แม้การลุก การนั่ง การห่มดองครองผ้า ต้องให้เรียบร้อยสง่างาม เวลาพูดกับพระต้องพนมมือ เรียกผู้มีอายุมากกว่าว่า 'พี่เณร' เป็นการฝึกความเคารพ ความอ่อนน้อมถ่อมตน

ฉันเสร็จประมาณ ๘ โมงเช้าก็พัก ช่วงที่พักนี้ส่วนมากไม่ค่อยจะไปไหน ลงไปตกแต่งกลดเสียส่วนใหญ่ รอต้อนรับฝนซึ่งค่อนข้างจะตกหนักแทบทุกวัน ระยะหลังมีประสบการณ์มากขึ้น เกิดปัญญาคิดแก้ไขปัญหาต่างๆ ทำให้น้ำไม่ค่อยจะท่วมกลดเหมือนเดิม ด้วยการขุดร่องระบายน้ำข้างๆ ยกพื้นที่นอนให้สูงขึ้น แค่นี้ก็รู้สึกว่าปลอดภัยกว่าเดิม

พอ ๘ โมงครึ่ง ก็จะรวมตัวนั่งสมาธิ ช่วงที่อบรมจะเน้นมาก การนั่งเฉยๆ นี้ โอ้โฮ! เมื่อยจริงๆ โดยเฉพาะผู้ที่ไม่เคยนั่งนานๆ อย่างพี่เณร ต้องบิดแล้วบิดอีก แรกๆ ได้แต่ภาวนาว่า 'เมื่อไหร่จะเลิกสักที' แต่พอนั่งสักระยะหนึ่งก็จะคุ้น และนั่งได้นาน

ขึ้น มีเพื่อนๆ หลายรูปที่นั่งสมาธิดี เห็นดวงธรรม เห็นองค์พระภายใน ตอนนั้นพี่เณรก็เข้าไปถามว่า เขาทำอย่างไร เพื่อนก็บอกว่า *'ไม่ได้ทำอะไรมาก ก็นึกดวงแก้วไปเรื่อยๆ ตามเสียงพระอาจารย์ ดูไปเฉยๆ พระอาจารย์ให้ทำสบายๆ ก็ทำแบบสบายๆ ก็เลยเห็นดวง แล้วเห็นองค์พระผุดขึ้นมา'*

เพื่อนเขาตอบอย่างนี้ ตอนนั้นพี่เณรฟังแล้วก็เฉยๆ ไม่ได้คิดอะไร ถึงเวลานั่งก็นั่ง นั่งไปเครียดไปเพราะยังทำไม่ถูกวิธี มาถึงวันนี้จึงเข้าใจที่หลวงพ่อท่านเน้นมากๆ ก็คืออารมณ์สบาย ทำแบบสบายๆ จะได้เห็นอย่างง่ายๆ และพระเดชพระคุณหลวงพ่อท่านจะบอกลูกๆ เสมอๆ ว่า **'อารมณ์ดี อารมณ์เดียว อารมณ์สบาย จึงจะเข้าถึงพระธรรมกายได้อย่างง่ายๆ'** น้องเณรเองก็ต้องพยายามรักษาอารมณ์ให้สบาย ปลอดโปร่งทั้งวันนะ จะได้นั่งสมาธิดีๆ ไม่เสียเวลาเหมือนพี่เณรตอนฝึกครั้งแรก

นั่งสมาธิถึงเพลแล้วก็ฉันเสร็จ ก็ไปเปลี่ยนอิริยาบถ แล้วก็สรงน้ำ ล้างหน้าแปรงฟัน ตอนสรงน้ำเราใช้ขันตักน้ำจากโอ่ง ก็ไม่ให้ยืนสรง ต้องนั่งคุกเข่าสรงน้ำอย่างเรียบร้อย และสรงน้ำอย่างประหยัด เวลาตากผ้าต้องตากให้สวย ดึงผ้าให้ตึง ให้ชายทั้งสองเสมอกัน หรือเหลื่อมกันซักหนึ่งฝ่ามือ

พอถึงเวลาบ่ายโมงตรงก็ต้องไปนั่งสมาธิถึง ๔ โมงครึ่ง แล้วก็ลงรับบุญ เป็นการบริหารขันธ์ เช่น ขุดดิน ตัดหญ้า รดน้ำต้นไม้ รดน้ำผัก ฯลฯ

กิจกรรมที่พี่เณรประทับใจอีกอย่างหนึ่งก็คือ การตักปุ๋ย

มนุษย์ไปรดแปลงผัก วันหนึ่งหลวงพี่ท่านก็บอกว่า ‘มา...ตามหลังหลวงพี่มา วันนี้ต้อนรับน้องใหม่ซักหน่อย’ ว่าแล้วท่านก็เดินนำไป ‘เดี๋ยวหลวงพี่จะให้รดน้ำผัก’ ท่านพูดยิ้มๆ

เพื่อนคนหนึ่งกระซิบพี่เณรว่า ‘ค่อยยังชั่ว แค่รดน้ำผักสบายกว่าไปขุดดินอีก’

หลวงพี่ท่านก็บอกให้ไปเอาอุปกรณ์ มีบัวรดน้ำ ถังใบเล็กๆ แล้วก็พากันเดินเข้าห้องน้ำ ท่านให้เปิดฝาหลังส้วม พอเปิดเสร็จก็บอกว่า ‘เราจะช่วยกันตักปุ๋ยมนุษย์ไปรดน้ำผัก ลงมือตักได้’ ปรากฏว่าน้องใหม่ทั้งหลายหน้าเบ้ไปตามๆ กัน ตอนแรกๆ เราก็รังเกียจ พอตักบ่อยๆ เข้า ก็พอทนได้ ต่อมาพอชำนาญกันเราก็ช่วยกันตักปุ๋ยมนุษย์กันอย่างสนุกสนาน

น้องเณรคงไม่ได้เจอสภาพแบบนี้อีกแล้ว แต่อย่าน้อยใจที่เราไม่ได้ฝึกอบรมมาอย่างนี้ ดังนั้นอุปสรรคใดๆ ที่จะเกิดขึ้นในภายภาคหน้า ไม่ว่าจะหนักหนาสาหัสเพียงไหน เหนื่อยเพียงไร เราจะเผชิญกับมัน *ให้เปรียบอุปสรรคเหมือนขนมหวานที่น่าขบเคี้ยวอย่างเอร็ดอร่อย* ให้สั่งสมความรู้สึกอย่างนี้บ่อยๆ แล้วเราจะเป็นผู้ที่มีกำลังใจเข้มแข็ง ไม่ย่อท้อหรือหวั่นไหวต่ออุปสรรคใดๆ

พอรับบุญตอนเย็นเสร็จ ก็สรงน้ำเตรียมตัวเตรียมใจปฏิบัติธรรมภาคค่ำ ตั้งแต่ ๑ ทุ่มตรงถึง ๒ ทุ่มครึ่ง หลังจากนั้นก็อ่านหนังสือถึง ๔ ทุ่ม แล้วก็เข้ากลดจำวัด

กิจกรรมคร่าวๆ ที่พี่เณรเขียนมานี้เป็นเพียงเสี้ยวหนึ่งของ

ชีวิตเท่านั้นเอง ยังมีสิ่งที่พี่เณรได้ฝึกอีกมากมาย เช่น สร้างกุฏิ ฝึกระเบียบแถว การจัดสวน ปลูกหญ้า ปลูกต้นไม้ ปลูกผัก และอีกหลายๆ เรื่อง เอาไว้พี่เณรจะค่อยๆ ทยอยเขียนเล่าให้น้องเณรฟัง

พี่เณรเคยถามตนเองว่า 'อะไร ทำให้เราอยู่ถึงทุกวันนี้?' ก็พบว่า **'การปฏิบัติธรรม...ทำให้เรามีกำลังใจที่เข้มแข็งและอดทนมาได้ถึงทุกวันนี้'** น้องเณรรู้ไหมกว่าที่พี่เณรจะมาถึงจุดนี้ได้ ใช่ว่าจิตใจของพี่เณรจะมั่นคงดังภูเขาหินแท่งทึบ ที่ไม่หวั่นไหวด้วยแรงลมที่พัดมาจากทิศทั้งสี่ ใจมีขึ้นมีลงเหมือนคลื่นในทะเล แต่พอนั่งสมาธิบ่อยเข้า เริ่มมีประสบการณ์ภายใน จิตใจก็เข้มแข็ง เป้าหมายชีวิตก็มั่นคงมากขึ้น และจะมั่นคงตลอดไป

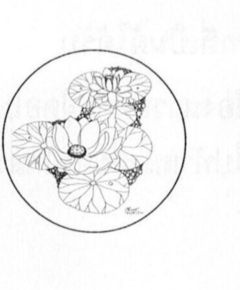
พี่เณรจึงอยากให้น้องเณรรักการปฏิบัติธรรมให้มากๆ แล้วเราจะรู้คุณค่าของตัวเอง แม้เราจะเหนื่อยล้าจากกิจกรรมของหมู่คณะ แต่นั่นก็เป็นสิ่งที่ทำให้ตัวเราฝึกตัวได้ดี จะทำให้เรามีกำลังใจที่มุ่งมั่น ฝึกตัวต่อไปเถอะ **ความดีทุกอย่าง บุญทุกอย่างที่เกิดขึ้นเราคนแรกที่เป็นผู้ได้รับ**

ดังนั้นขอให้น้องเณรอดทนสู้ต่อไป และตั้งใจนั่งธรรมะให้มากๆ เพื่อจะได้ก้าวไปทำหน้าที่ของนักสร้างบารมีที่สมบูรณ์แบบที่สุด

จักมุ่งเร่งรัดหัดตน
จักทูนเทิดธรรมย้ำฝ่า
จักหมั่นดำริปณิธาน์
จักกล้าอาจหาญชิงชัย

จักสู้อดทนมิท้อ
จักก่อความฝันยิ่งใหญ่
จักสร้างบารมีด้วยใจ
จักใฝ่นิพพานนิรันดร์...

ท้ายที่สุดนี้ ขออานุภาพแห่งพระรัตนตรัย จงดลบันดาลให้น้องเณรสอบกันได้ทุกๆ รูป ให้เป็นผู้มีสุขภาพร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง จิตใจเข้มแข็ง กล้าแกร่งในการสร้างบารมี ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคทั้งหลายทั้งมวล ให้ชีวิตของการประพฤติพรหมจรรย์เป็นไปได้โดยตลอดรอดฝั่ง ขอให้เข้าถึงพระธรรมกายโดยเร็วพลันเทอญ...





๔
ทีมคือหัวใจของการสร้างบารมี

สวัสดีน้องเณรที่คิดถึง

น้องเณรได้ทราบผลการสอบบาลีกันเรียบร้อยแล้ว ปีนี้สอบได้กันเกือบทุกรูป พี่เณรรู้สึกดีใจจริงๆ ขอแสดงความยินดีด้วยนะ สำหรับน้องเณรที่สอบไม่ผ่านในปีนี้ไม่เป็นไร ปีหน้าค่อยเอาใหม่ อย่าเสียใจไปเลยนะ ตอนพี่เณรสอบตกครั้งแรก ก็รู้สึกผิดหวังเหมือนกัน เกือบคิดสั้นแล้วละ ถึงขนาดจะหนีออกจากวัดไปเลย แต่พอพระพี่เลี้ยงท่านให้โอวาทว่า *"สี่เท้ายังรู้พลาด นักปราชญ์ยังรู้พลั้ง สอบได้หรือสอบตกเป็นเรื่องธรรมดา แม้สอบตกแต่อย่าให้ใจตก"* พี่เณรฟังแล้วก็ได้คิด ทำให้เกิดกำลังใจที่จะต่อสู้ใหม่

อีกครั้ง แล้วปีต่อมาก็สอบได้ เลยได้ข้อคิดกับตัวเองว่า ไม่ควรไปซีเรียสกับการเรียนมากเกินไป เพราะการศึกษาบาลีเป็นเพียงความรู้ด้านปริยัติเท่านั้น **การศึกษาทางด้านปฏิบัติต่างหากที่เป็นแก่นสารที่แท้จริงของพระพุทธศาสนา** เราเรียนไปด้วยนั่งธรรมะไปด้วย ทำสบายๆ อย่างนี้ดีกว่า ถ้าทำอย่างนี้คิดว่าเราจะไม่ผิดหวังแน่นอน สำหรับน้องเณรที่สมหวัง ก็ขอให้พยายามไปจนถึง ป.ธ.๙ กันทุกรูปเลยนะ พี่เณรขอเอาใจช่วยเต็มที่

ฉบับที่แล้ว พี่เณรได้พูดถึงเรื่องการอยู่กลด ว่าทำให้พี่เณรและเพื่อนๆ มีความอดทน แม้จะมีความลำบากกาย แต่เราก็มีความสุขใจ พออยู่กลดสักระยะหนึ่งก็ย้ายขึ้นมาอยู่กุฏิจาก ซึ่งเป็นอาคารมุงจาก ทั้งหลังคาและด้านข้าง โดยจำวัดบนพื้นดิน ใช้ผ้าพลาสติกปูเอาไว้ กางกลดนอนในกุฏิ เวลานอนก็รู้สึกเย็นๆ ต้องปูเสื่อรองอีกที

ตอนนั้นกุฏิหลังหนึ่งอยู่ประมาณ ๒๐ รูป รวมพระพี่เลี้ยงอีกหนึ่งรูป กุฏิยังไม่ค่อยเสร็จดี ทางเข้ากุฏิต้องทำเอง เอาดินมาถมเป็นถนน เวลาฝนตกจะเป็นโคลนเฉอะแฉะ ต้องถอดรองเท้าเดิน ถ้าใส่รองเท้าแล้วจะจมโคลน เดินต่อไปไม่ได้ บางรูปก็มีเทคนิคพิเศษ คือเอาเท้าสวมถุงพลาสติกแล้วก็ถือรองเท้าไว้ พอเดินถึงกุฏิก็ถอดถุงพลาสติกออก สบายมากเห็นไหมง่ายนิดเดียว เท้าก็ไม่เปื้อน แถมยังประหยัดน้ำล้างอีกด้วย

แม้ช่วงนั้นจะลำบากสักหน่อยแต่พี่เณรกลับเห็นว่ามันเป็นรสชาดอย่างหนึ่งของชีวิตที่สนุกสนานมากกว่า พี่เณรอยากให้

น้องเณรมาทันช่วงนั้นจังเลย จะได้สนุกด้วยกัน

การมารวมกัน คือการเริ่มต้น

การเข้ากันได้คือความสำเร็จ

การทำงานเป็นทีมคือหัวใจของการสร้างบารมี

การมาอยู่รวมกันมากๆ ไม่ใช่เรื่องง่ายเนื่องจากคนเรามีทัศนคติและอัธยาศัยที่แตกต่างกัน สิ่งหนึ่งที่เราหลีกเลี่ยงไม่ได้คือ "การกระทบกระทั่งกัน" ต้องมีอย่างแน่นอน จากตัวเราบ้าง จากเพื่อนๆ รอบข้างบ้าง ทั้งยังต้องอดทนต่อคำสั่งสอนของพระอาจารย์ที่คอยพร่ำสอน เพราะเรายังเป็นผู้ใหม่ในพระธรรมวินัย หากมีรูปใดรูปหนึ่งในหมู่ของเราทำเรื่องผิดพลาด พระพี่เลี้ยงท่านก็จะตักเตือนทั้งหมด เพื่อป้องกันไม่ให้เรื่องเหล่านั้นเกิดขึ้นอีก

เมื่อเราย้ายขึ้นไปพักบนกุฏิได้ไม่นาน ก็มีงานบุญต้องสร้างกุฏิเพิ่มใหม่เนื่องจากที่พักไม่พอ ทั้งที่ทุกรูปไม่เคยทำงานก่อสร้างกันมาก่อนเลย แม้แต่หลวงพี่ชินกุโลซึ่งเป็นพระพี่เลี้ยงก็ไม่เคยทำงานนี้มาก่อน แต่ด้วยดวงใจของนักสร้างบารมี คำว่า **"ไม่ได้ ไม่มี ไม่เป็น" ไม่มีอยู่ในใจของเรา** ไม่ใช่เราจะทำไม่ได้ เพียงแต่เรายังไม่ได้ทำต่างหาก สามเณรทุกรูปเชื่อมั่นในพระพี่เลี้ยงเราว่าไงว่าตามกัน ไม่ท้อแท้และท้อถอย

เริ่มแรกของการก่อสร้าง เราเชิญช่างไม้มา ๒ คน มาให้คำแนะนำ เมื่อเริ่มหลังแรก การทำงานค่อนข้างจะเชื่องช้าเพราะพวกเรายังใหม่อยู่ ตีผังยังไม่เป็น หาหลุมขุดหลุม เพื่อ

ฝังเสาก็ไม่เป็น สกัดไม้เพื่อบากเสาก็ไม่เป็น แม้แต่ตอกตะปูบางรูปก็ยังไม่เป็นเลย ตอนนั้นมีความติดขัดหลายๆ อย่าง แต่พอช่างแนะนำหรือทำให้ดูเพียงครั้งเดียวเท่านั้น พวกเราสามเณรก็ช่วยกันจำ ช่วยกันทำ และก็ทำได้สำเร็จอย่างไม่น่าเชื่อ แต่เป็นเพียงแค่ทำได้เท่านั้นนะ ยังไม่ชำนาญ ทำให้นึกถึงคำสอนของพระเดชพระคุณหลวงพ่อทัตตชีโวที่ว่า **"เพียงได้ดูก็เป็นครูได้"** พอกุฏิหลังแรกเป็นรูปเป็นร่างได้สำเร็จ ทั้งพระพี่เลี้ยงและสามเณรต่างปลื้มใจในผลงาน

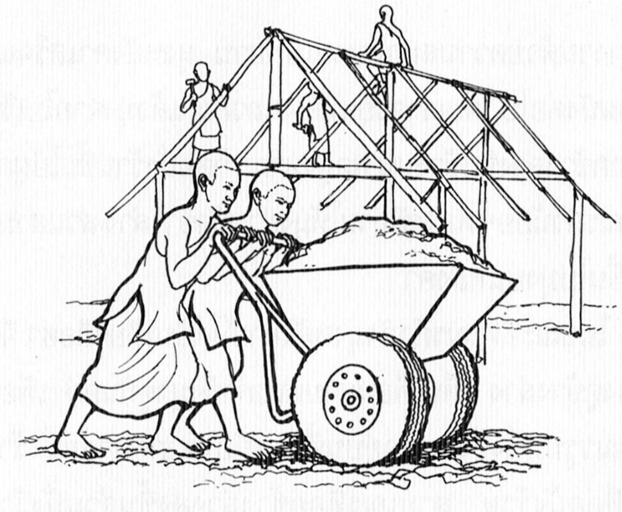
เราเริ่มเข้าใจในงานก่อสร้างกุฏิ เริ่มมองงานได้ตลอดสาย ต่อมาเราก็สามารถพัฒนาฝีมือ โดยสามารถทำได้หลายๆ หลังพร้อมกัน ตั้งแต่ขุดหลุมฝังเสาตอม่อ ขึ้นเสา เราแบ่งกลุ่มทำงานเป็นทีมไปพร้อมๆ กัน ตอนนั้นเราต้องทำงานกันเป็นทีมจริงๆ เพราะถ้าเราไม่ช่วยกันแล้ว งานจะล่าช้า ไม่ทันใช้งาน ทุกรูปต่างตั้งใจทำงานของตัวเองให้ดีที่สุด ทุกอย่างประสานกันดีมาก

โดยเฉพาะตอนมุงหลังคาด้วยใบจาก สามเณรจะขึ้นไปบนหลังคา นั่งเรียงกันตลอดแนวด้านยาวของหลังคา จำนวนร่วม ๒๐ รูป แล้วมุงจากไปพร้อมๆ กันเพราะต้องวางจากให้อยู่ในแนวเดียวกันอย่างเป็นระเบียบสวยงาม สามเณรที่อยู่ข้างล่างจะทำหน้าที่ส่งจากและตอกมัด โดยใช้เชือกผ่านรอกดึงใบจากลำเลียงขึ้นไปยังบริเวณที่เราใช้ตอกมัดจากกับโครงหลังคา เราเรียกกันว่า "กระดูกจาก" แต่ละหลังใช้เวลามุงเพียง ๑ ชั่วโมง คือด้านละครึ่งชั่วโมง ต้องถือว่าเร็วมากยังกับมืออาชีพเลย พวก

เราทำงานด้วยความสนุกสนานเบิกบาน มุงหลังคาเสร็จแล้วก็มุงฝาผนังต่อไป โดยเราจะยืนเรียงแถวกัน แล้วมุงจากไปเรื่อยๆ เริ่มจากข้างล่างขึ้นข้างบน พอสูงมากๆ ก็ต่อนั่งร้านขึ้นไปผูกจาก สามเณรตัวน้อยๆ หลวงพี่ท่านให้มุงฝาผนังข้างล่าง ส่วนสามเณรโตให้ขึ้นไปมุงบนหลังคา

ในขณะที่พี่เณรกำลังมุงหลังคา ก็ได้ยินเสียงฮือฮา จึงหันไปมองดูข้างล่าง เห็นเพื่อนสามเณรกำลังมุงดูกันอยู่ เพื่อช่วยสามเณรรูปหนึ่งซึ่งนอนอยู่บนพื้น เนื่องจากตกจากนั่งร้านในขณะที่ต่อนั่งร้าน สามเณรที่อยู่ข้างล่างส่งชิ้นส่วนนั่งร้านให้เผอิญจับไม่ถนัดรับไม่ไหว จึงพลาดตกลงมาพร้อมกับนั่งร้าน โชคดีที่ไม่เป็นอะไรมาก ส่วนสามเณรข้างล่างหลบทันจึงไม่มีใครเป็นอันตราย แต่รูปที่ตกลงมาถึงกับจุก พูดไม่ออกอยู่ระยะหนึ่ง เราก็ช่วยกันปฐมพยาบาล ก็ถือเป็นอุทาหรณ์ให้พวกเราต้องระมัดระวังกันมากยิ่งขึ้น เพื่อไม่ให้มีใครหล่นลงมาอีก แต่บางรูปได้รับบาดเจ็บ เช่น ตอกตะปูพลาดจึงถูกนิ้วตัวเองแทน เล็บมือแตกเลือดไหล ต้องไปให้หมอถอดเล็บออก หวาดเสียวเหมือนกัน คงเจ็บน่าดู

พี่เณรเองก็เคยเหมือนกัน ตอนตอกตะปูอยู่บนหลังคา มือหนึ่งถือฆ้อน มือหนึ่งจับตะปูและยังต้องประคองตัวไม่ให้หล่นจากหลังคา ไม้ที่จะตีก็โก่งขึ้น พี่เณรก็จึงใช้เท้าเหยียบไม้ให้ติดกัน ประกอบกับได้รับคำแนะนำว่าการตอกตะปูต้องมีความมั่นใจ ตอกลงไปเต็มที่เลยไม่ต้องกลัวมันงอ พอตอกอย่างแรง



ความจริงตะปูน่าจะเข้าไม้ แต่ปรากฏว่าตีพลาด โดนเล็บหัวแม่เท้าของพี่เณรหลุด เลือดไหลไม่หยุดเลย ต้องพักรักษาแผลหนึ่งวัน ทำอย่างไรได้มือไม่แม่นนี่ก็ต้องทำใจ พอพักได้วันหนึ่ง จากนั้นก็ลุยงานต่อได้

แทบไม่น่าเชื่อเลย ว่าผลงานที่พวกเราได้สร้างกัน มีกุฏิทั้งหมดถึง ๒๘ หลัง แต่ก็ใช้เวลาเพียง ๔ เดือน ก็เสร็จเรียบร้อยสมบูรณ์ทุกอย่าง **งานนี้ทำให้หลายคนถึงกับอัศจรรย์ใจในความสามัคคีและความสามารถของสามเณร** เพราะกิจกรรมในวันหนึ่งๆ เราทำทุกอย่าง ทั้งนั่งสมาธิ เรียนหนังสือ ทำงานพร้อมกันไป กิจวัตรและกิจกรรมต่างๆ ไม่ได้บกพร่อง และวันที่กุฏิทั้งหมดเสร็จ ก็เป็นวันเข้าพรรษาพอดี ก่อนวันเข้าพรรษา ๑ วัน เราได้ช่วยกันปลูกหญ้ารอบกุฏิและแต่งสวนให้สวยงามตลอดทั้งคืนจนกระทั่งรุ่งเช้า ในตอนสายไปร่วมอธิษฐานพรรษา

ที่อุโบสถ หลวงพ่อทัตตชีโวถึงกับเอ่ยปากชมว่า "สามเณรของเรานี่เก่งจริงๆ เคยมีภาษิตประโยคหนึ่งที่กล่าวว่า 'อย่าคบเด็กสร้างบ้าน' คำนี้สงสัยต้องบัญญัติใหม่เสียแล้วว่า *'ต้องคบสามเณรสร้างกุฏิ'* "

การทำงานร่วมกันเป็นทีม ทำให้พี่เณรได้รู้จักตัวเองและรู้จักผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้นเพราะ**งานที่ต้องใช้เวลา ใช้ความอดทนและความเสียสละทั้งแรงกายแรงใจ จะทำให้เราได้รู้จักอัธยาศัยของกันและกันว่าเป็นอย่างไร** ในการทำงานจะเป็นเครื่องพิสูจน์คนได้ดีอย่างหนึ่ง เพื่อนๆ พี่เณรหลายรูปที่ไม่อดทนเข้มแข็ง ก็จะท้อแท้และทยอยกันออกไปจากวัด ส่วนเพื่อนที่อดทนอยู่ได้ก็จะแข็งแกร่งยิ่งขึ้น พี่เณรรู้สึกเสียดายเพื่อนๆ ที่จากไป แต่จะอย่างไรได้ มันเป็นสัจธรรมอย่างหนึ่งที่เมื่อมีพบแล้วย่อมมีพรากเวลาเพื่อนจากไปพี่เณรต้องพยายามทำใจ เพื่อข่มความรู้สึกเศร้าสลดใจเป็นอย่างมาก

การสร้างบารมีในช่วงแรกนั้น พี่เณรยอมรับว่าต้องอาศัยเพื่อนเหมือนกัน กำลังใจที่ได้หลายครั้งก็มาจากเพื่อน เวลาทำงานหยาบมากๆ ต้องใช้กำลังกายเหน็ดเหนื่อย จึงไม่ค่อยได้นั่งสมาธิ ทำให้ใจของเราหยาบไปด้วย

พระเดชพระคุณหลวงพ่อธัมมชโยบอกว่า **"เวลาใจหยาบปัญญามันก็หยาบ แล้วเราจะไปนึกคิดในเรื่องที่ไม่ค่อยเข้าท่าเข้าทาง ฉะนั้นต้องหาเวลานั่งสมาธิให้มากๆ เพื่อรักษาใจให้ละเอียดอยู่เสมอ และต้องคอยตอกย้ำเป้าหมายในการ**

สร้างบารมีให้มั่นคงและหนักแน่นเอาไว้เรื่อยๆ"

การเลือกคบเพื่อนสำคัญมากนะ น้องเณรอาจจะถามว่า ทุกๆ คน ต่างก็มาฝึกฝนตนเองด้วยกันทั้งนั้นมิใช่หรือ ทำไมต้องเลือกคบด้วยละ พี่เณรอยากจะบอกว่า ใช่...ทุกคนมาฝึกตน แต่ก็ต้องยอมรับว่าทุกคนล้วนมีข้อบกพร่องด้วยกันทั้งนั้น**ฉะนั้นเราต้องเลือกคบกับคนที่มีข้อดีตรงกับข้อบกพร่องของเรา ย้ำ! ข้อดีตรงกับข้อบกพร่องของเรา เขาจะได้ช่วยพยุงเราได้**

ถ้าคบกับเพื่อนที่มีข้อบกพร่องเหมือนกันแล้ว ก็มีแต่จะดึงเราให้ตกต่ำลงไปเรื่อยๆ น้องเณรต้องเลือกให้ดีนะ เพื่อนที่ดีถือว่าเป็นยอดกัลยาณมิตรของเรา

ในปี พ.ศ.๒๕๓๔ ประมาณเดือนมกราคม มีการสร้างโรงเรียนพระปริยัติธรรม พระพี่เลี้ยงท่านพาพวกเราลุยงานสร้างโรงเรียน เราสร้างเพื่อพวกเราเองจะได้มีสำนักเรียน งานนี้อุปกรณ์ในการก่อสร้างทุกๆ อย่างค่อนข้างจะสมบูรณ์พร้อม และพวกเรามีประสบการณ์กันมาแล้ว จึงทำให้การก่อสร้างเป็นไปได้อย่างง่ายดาย ทุกรูปต่างก็ตั้งใจช่วยกันทำอย่างเต็มที่ ไม่มีใครอู้งาน

พี่เณรทำงานเพลินไปหน่อย พอเงยหน้าดูท้องฟ้าอีกที เห็นดวงอาทิตย์ค่อยๆ โผล่ขึ้นมาจากขอบฟ้า มองไปที่ถนนเห็น แถวพระออกบิณฑบาต แต่ก็แปลกที่ไม่รู้สึกง่วงเท่าไหร่ แต่บางรูปก็ง่วงมาก ลืมตาแทบไม่ขึ้น บางทีกำลังถือฆ้อนตอกตะปูอยู่ดีๆ เผลอหลับไปในท่าที่กำลังตอกตะปูนั่นแหละตอนแรกนึกว่าเพื่อน

เณรแกล้งเล่น แต่พอลองเขย่าตัวดู ฆ้อนก็หล่นจากมือ จึงรู้ว่า อ้าว! หลับจริงๆ หรอกเหรอนี่

บางรูปง่วงมากๆ ก็เผลอยืนหลับไป ถ้าใครเผลอหลับงานก็สะดุด ต้องคอยสะกิดกันเกือบตลอดเวลา ก็สนุกสนานดี ท่าง่วงของแต่ละรูปดูแล้วก็น่าขำดี ใครง่วงมากๆ ก็จะสลับไปพักล้างหน้าให้สดชื่น แล้วกลับมาทำงานกันใหม่ เพราะฉะนั้นงานสร้างโรงเรียนจึงใช้เวลาเพียง ๒ เดือนเศษ อาคารทั้ง ๑๒ หลังก็เสร็จเรียบร้อยสมบูรณ์ สามารถทำพิธีเปิดใช้เป็นอาคารเรียนได้ในวันที่ ๒๒ เมษายน ๒๕๓๔ ซึ่งตรงกับวันคล้ายวันเกิดของพระเดชพระคุณหลวงพ่อธัมมชโยของพวกเราพอดี

งานสร้างโรงเรียนนี้ทำให้พี่เณรได้เรียนรู้เพิ่มขึ้นว่า**ถ้าหากเราร่วมแรงร่วมใจประสานกันทั้งกายและใจ งานก็จะสำเร็จลงได้อย่างอัศจรรย์** และยัง*ทำให้เรารู้จักการทำงาน* คือมอง*งานออกว่า เมื่อเราเจองานแล้ว เราจะทำอย่างไร* แบ่งงาน แบ่ง*คน กำหนดระยะเวลาให้เสร็จไปในตัว* และ*ทำให้ดูคนเป็น* คือคนที่มีลักษณะนิสัยใจคออย่างนี้เหมาะกับงานชนิดไหน ไว้ใจได้หรือไม่เพียงใด พี่เณรอยากจะบอกว่ากิจกรรมเหล่านี้เองที่ค่อยๆ หล่อหลอมพัฒนาให้เรามีปฏิภาณไหวพริบ มีความเพียรและรู้สึกรักวัดยิ่งขึ้น เหมือนเราเป็นเจ้าของวัดจริงๆ ไม่ใช่เพียงผู้มาอาศัยอยู่วัด

ฉะนั้นน้องเณรก็เช่นกัน **เมื่อได้รับมอบหมายงานบุญต่างๆ ของหมู่คณะ อย่าเกี่ยงงอนหรือเกี่ยงงาน ให้ตั้งใจทำ**

อย่างเต็มที่ด้วยความเบิกบานบันเทิงบุญ สิ่งเหล่านี้จะเป็นบทฝึกตัวของเรา ซึ่งเราจะได้รับประโยชน์อย่างมหาศาล เราจะได้ทั้งบุญ คุณธรรม ความรู้และความสามารถ ยิ่งกว่านั้นงานบุญเหล่านี้ทำให้เราหนักแน่นในการสร้างบารมี เป็นประดุจการตอกย้ำเป้าหมาย ยิ่งตอกลึกเท่าไร เรายิ่งมั่นคงในเป้าหมายชีวิตมากเพียงนั้น

พี่เณรและเพื่อนๆ รู้สึกว่า **ที่นี่คือมหาวิทยาลัยแห่งชีวิตที่แท้จริง** เพราะมีการฝึกฝนอบรมตนในทุกรูปแบบ ทำให้เราได้กระจ่างในเรื่องโลกและชีวิต **เราเชื่อว่าไม่มีอะไรที่เป็นไปไม่ได้** ด้วยบารมีของพระเดชพระคุณพระสุธรรมยานเถร ท่านเป็นทั้งพ่อ เป็นทั้งครู ผู้คอยอบรม สั่งสอนตอกย้ำให้ลูกๆ รักธรรมะ รักการปฏิบัติธรรม รักในวิชชาธรรมกาย รักพระพุทธศาสนา และรักการสร้างบารมี ทำให้เรารู้ว่าเกิดมาทำไม? อะไรคือเป้าหมายชีวิต? ท่านคอยตอกย้ำชี้นำประคับประคองให้เราอยู่ในเส้นทางการสร้างบารมี มุ่งไปสู่เป้าหมายปลายทางคือที่สุดแห่งธรรม ยามใดที่เราเกิดความท้อแท้ ท่านจะคอยให้กำลังใจให้เรามีจิตใจเข้มแข็งขึ้น

ดังนั้นท่านจึงเป็นหลักชัยในชีวิตของลูกๆ ทุกคน *ท่านจะย้ำให้พวกเรามีความสามัคคีรวมใจกันให้เป็นหนึ่ง ทำงานเป็นทีมให้เท่าเทียมทันกันทั้งหยาบและละเอียดโดยไม่มีใครล้ำหน้าหรือล้าหลัง*

สำหรับพระภาวนาวิริยคุณ หลวงพ่อทัตตชีโว ท่านคอย

เอาใจใส่ดูแลลูกๆ อย่างใกล้ชิด คอยตักเตือนพร่ำสอน ขนาบแล้วขนาบอีก เพื่อให้พวกเราเป็นเพชรน้ำเอกที่ถูกเจียระไนแล้วอย่างงดงาม เพื่อประดับไว้ในพระพุทธศาสนา ท่านฝึกให้พวกเรารู้จักวิธีสอน หวังจะให้ลูกๆ เป็นผู้ที่สมบูรณ์พร้อมในทุกๆ ด้าน เพื่อเป็นต้นแบบให้แก่ชาวโลก พระเดชพระคุณหลวงพ่อท่านเป็นห่วงเป็นใยพวกเรามาก เวลาฉันภัตตาหาร ท่านจะเดินดูตามวงฉันต่างๆ แล้วถามพวกเราว่า "ฉันกันอิ่มหรือเปล่า?" ท่านจะสั่งให้คนครัวจัดหาอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสารพัดคอยจัดหามาให้ เพื่อให้ลูกๆ มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง

เนื่องจากสามเณรส่วนใหญ่มาจากภาคอีสาน จึงพูดภาษาภาคกลางไม่ชัด ท่านก็ฝึกให้มีการเรียนการฝึกอ่านภาษาไทย หาหนังสือคำควบกล้ำมาให้ฝึกอ่านออกเสียง ให้มีการฝึกพระเทศน์อย่างเป็นขั้นเป็นตอน ตั้งแต่ให้อ่านพระไตรปิฎกให้ฟัง สามเณรบางรูปพอหลวงพ่อให้ขึ้นไปอ่าน เนื่องจากไม่เคยปรากฏตัวต่อหน้าหลวงพ่อหรือที่ชุมชน ซึ่งต้องขึ้นไปยืนพูดบนแท่น อ่านไปได้นิดหน่อยก็ตื่นเต้น น้ำเสียงสั่นเครือ แล้วค่อยๆ หายไปๆ ดูอีกทีเป็นลมไปแล้ว พระต้องรีบไปช่วยปฐมพยาบาล แต่สามเณรเราก็ไม่ละความพยายาม ค่อยๆ ฝึกอ่าน ฝึกพูด ฝึกเทศน์ ได้ดีมาก พวกเราพัฒนาตนเองได้เร็ว จนกระทั่งเป็นที่น่าพอใจของหลวงพ่อและหมู่คณะ เมื่อมีการประกวดพูดสุนทรพจน์ สามเณรจึงสามารถคว้ารางวัลเกียรติยศมาครองอย่างง่ายดาย

นอกจากนี้ หลวงพ่อยังพัฒนาทักษะและความรู้ของพวก

เรา ด้วยการเรียนวิชาเสริม เช่น ภาษาอังกฤษ คณิตศาสตร์ ภาษาไทย การแต่งกลอนและอย่างอื่นอีกมากมาย ให้สามเณรได้ฝึกฝนตนเอง พี่เณรรู้สึกซาบซึ้งใจในความเมตตาของพระเดชพระคุณหลวงพ่อทั้งสองเป็นอย่างยิ่ง และก็รู้สึกภูมิใจที่เราได้มาเป็นลูกของท่าน คิดว่าน้องเณรคงจะมีความรู้สึกเช่นเดียวกัน

สำหรับฉบับหน้า พี่เณรจะเล่าถึงเรื่องการปฏิบัติธรรมที่พี่เณรได้เข้าถึงประสบการณ์ภายใน และจะน้อมนำโอวาทของพระเดชพระคุณหลวงพ่อมาฝากด้วย

สุดท้ายนี้ ด้วยอานุภาพแห่งพระรัตนตรัย และบารมีธรรมของพระเดชพระคุณหลวงพ่อทั้งสอง จงดลบันดาลให้น้องเณรเป็นผู้มีกำลังใจที่เข้มแข็ง สามารถฟันฝ่าอุปสรรคนานัปการได้โดยง่ายดายทุกประการ พร้อมที่จะเดินตามพระเดชพระคุณหลวงพ่อและหมู่คณะไปบนเส้นทางแห่งการสร้างบารมีสายนี้ และขอให้น้องเณรประสพความสำเร็จอันสูงสุดในชีวิต คือการเข้าถึงวิชชาธรรมกาย สามารถไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรมเทอญ...

ด้วยรักอยากเรียนรู้ เดินตามครูด้วยใจมั่น
อุปสรรคจักฝ่าฟัน สืบสานฝันมิพรั่นพรึง
ก้าวไปมิหยุดก้าว แม้ปวดร้าวก้าวให้ถึง
ชีพแหลกหาคะนึง เพราะซาบซึ้งอุดมการณ์
บารมีเร่งฝึกฝน บุญมากล้นจนกล้าหาญ
ตามพ่อปราบหมู่มาร สู่นิพพานนิรันดร...



๕
กำไรแห่งชีวิต

สวัสดีน้องเณรที่คิดถึง

ช่วงนี้เป็นฤดูกาลแห่งการปิดภาคเรียน เป็นเวลาที่บรรดานักเรียนนิสิตนักศึกษาทั้งหลายรู้สึกจะมีความสุขมากที่สุด เพราะเป็นช่วงที่สมองปลอดโปร่งจากภาระด้านการเรียนการศึกษา และจะได้มีโอกาสไปเที่ยวอย่างสนุกสนาน พักผ่อนได้ตามใจปรารถนา โอกาสนี้เองคนส่วนใหญ่มักจะแสวงหาประสบการณ์ชีวิต เพื่อเป็นกำไรชีวิตของตนเอง นักเรียนนักศึกษาจึงมักจะพากันไปเที่ยวพักผ่อนตามสถานที่ต่างๆ แล้วแต่รสนิยม บ้างก็ไปเที่ยวชายทะเล หรือไปพักแรมตามป่าเขาลำเนาไพร เพื่อเป็นการ

หากำไรชีวิตให้แก่ตนเอง ในความเห็นของพี่เณรคิดว่า **"การทำความดีคือกำไรของชีวิต"** เพราะว่า**ความดีเท่านั้นเป็นสิ่งที่เพิ่มคุณค่าให้แก่ชีวิต ทำชีวิตให้มีความสุข ความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น หากปราศจากการทำความดีแล้ว ชีวิตที่แสนสั้นในโลกใบนี้ก็ยิ่งจะหมดค่าลงไปทุกทีๆ** เพราะฉะนั้นเราจึงควรรีบทำความดีทุกๆ วัน เพื่อแข่งกับเวลาที่มันกลืนเอาชีวิตของเราไปทุกขณะจิต

ปิดเทอมนี้ สำหรับพวกเรานักเรียนในทางธรรมจะได้ไปพักผ่อนหย่อนใจกัน เพื่อเป็นการแสวงหากำไรชีวิตเช่นกัน หลังจากที่ตรากตรำจากการเรียนการสอบบาลีมาหลายเดือน แต่การพักผ่อนของเราไม่ได้ไปเที่ยวเล่นเหมือนชาวโลก เราจะไปพักผ่อนทางด้านจิตใจ ด้วยการไปปฏิบัติธรรม เป็นหมู่คณะตามป่าเขาลำเนาไพร ท่ามกลางบรรยากาศอันแสนจะบริสุทธิ์บนยอดดอย

ปีนี้น้องเณรทุกๆรูปจะได้ขึ้นไปปฏิบัติธรรมที่จังหวัดเชียง-ใหม่ บนภูเขาสูงล้อมรอบด้วยป่าสนที่สูงตระหง่าน ร่มรื่น สวยงาม เพื่อเป็นการชดเชยเวลาในการสร้างบารมี ในช่วงหลายเดือนที่ผ่านมา ซึ่งเราอาจจะทำได้ไม่เต็มที่นัก เพราะทั้งกิจวัตรกิจกรรม และการเรียนบาลี ซึ่งถือว่าจะต้องทุ่มเทเวลา ให้พอสมควรทีเดียว พี่เณรว่าน้องเณรต้องชอบสถานที่แห่งนี้แน่เลย หวังว่าน้องเณรคงได้รับความสุขจากการปฏิบัติธรรมกันทุกรูปนะ

พี่เณรจำได้ว่า การปฏิบัติธรรมในช่วงปิดเทอม เริ่มมีเป็น

ครั้งแรกตั้งแต่ปี ๒๕๓๒ เป็นต้นมาจนถึงปัจจุบัน ปีแรกเรานั่งธรรมะกันที่อาศรมบัณฑิต หรือที่เราเรียกกันเล่นๆ ว่า "ดอยเตี้ย" ที่เรียกว่าดอยเตี้ยเพราะว่าไม่ได้ไปนั่งบนภูเขา แต่นั่งอยู่ที่วัดในห้องโถงที่เปิดแอร์เย็นสบายคล้ายๆ กับบรรยากาศบนดอย นั่งปฏิบัติธรรมกันต่อเนื่อง ๗ วัน ตอนนั้นพี่เณรยังใหม่อยู่ นั่งไม่ค่อยได้ผลเท่าไหร่ เนื่องจากตั้งใจมากไปหน่อยเลยตึงๆ หน้าผาก แต่บางรอบที่ปล่อยวาง ไม่ได้ตั้งใจมากก็ปรากฏแสงสว่างขึ้นมาจากกลางท้อง ไม่นานก็หายไป แต่พอใจสบายๆ กลางกายภายในก็สว่างขึ้นมาอีก

ปีถัดมาเราได้มานั่งธรรมะในอาคารภาวนา ปีนี้ได้มีโอ-กาสนั่งสมาธิมากหน่อยประมาณ ๑ เดือน พอนั่งได้สัก ๒ อา-ทิตย์ก็เริ่มได้ผล ใจที่ซัดส่ายฟุ้งซ่านก็ค่อยๆ หยุดนิ่ง มันค่อยๆ หยุด ไม่ใช่ฮวบฮาบหยุดเลยทีเดียว แต่มันค่อยๆ หยุด ค่อยๆ นิ่ง พอใจสงบนิ่งก็ไม่ได้คิดอะไร ตรงกลางกายมีความรู้สึกว่าเปิดกว้าง แล้วเหมือนมีอะไรดูดเราเข้าไปข้างใน เคลื่อนเข้าไปเรื่อยๆ เพลินๆ สักครู่พี่เณรก็เห็นดวงธรรมใสสว่างผุดขึ้นมาจากตรงกลาง ดวงธรรมผุดขึ้นมาแล้วก็ขยายใหญ่ขึ้น ดวงใหม่ก็ผุดซ้อนขึ้นมาแทนที่ใสกว่าเดิม สว่างกว่าเดิม ผุดเร็วขึ้นไปเรื่อยๆ ตอนนี้พี่เณรเหมือนถูกดูดเข้าไปอย่างรวดเร็ว

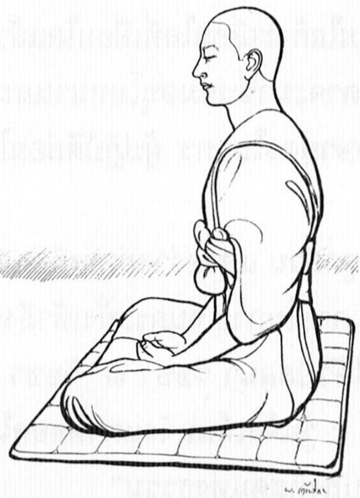
ในที่สุดก็เห็นองค์พระผุดซ้อนขึ้นมาในกลางดวงใส แล้วขยายใหญ่โตขึ้นไปเรื่อยๆ ใหญ่เท่าตัวเรา ใหญ่กว่าตัวเรา ขยายใหญ่ไปเรื่อยๆ มีความสุข อิสระเสรีบอกไม่ถูก ใครจะเอาอะไร

มาแลกก็ไม่ยอม ตอนนั้นพี่เณรเห็นองค์พระธรรมกายชัดใสสว่างตลอดเวลา

ปีถัดมาได้มีโอกาสขึ้นดอยสุเทพ จังหวัดเชียงใหม่ บรรยากาศที่นี่สบายดีมาก ทำให้จิตใจพี่เณรเบิกบานสดชื่นทั้งวัน ใจสบาย ทำใจให้หยุดนิ่งได้เร็ว พอแตะใจเบาๆ สบายๆ ไปที่กลางกาย ใจก็จะเคลื่อนเข้าสู่ภายในขยายเข้าไปเรื่อยๆ ผ่านเข้ากลางดวงธรรมไปทีละดวงๆ จนครบ ๖ ดวง แล้วก็เห็นตัวเองใสเป็นแก้วนั่งสมาธิอยู่ ทำใจหยุดนิ่งเบาๆ กายก็ขยายใหญ่ขึ้น เกิดดวงธรรมใสยิ่งขึ้นผุดซ้อนขึ้นมา ๖ ดวง สลับกับกายไปจนครบ ๑๘ กาย พระเดชพระคุณหลวงพ่อบอกให้ฝึกดู ๑๘ กายให้คล่อง พอคล่องดีแล้วท่านก็สอนธรรมะที่ลึกซึ้งยิ่งๆ ขึ้นไป ตอนนี้สนุกมาก นั่งธรรมะกันจนลืมโลกไปเลย จิตใจตอนนี้มีความสุขคู่กับความบริสุทธิ์จริงๆ

ปีต่อมาเราได้ไปปฏิบัติธรรม ที่ธุดงคสถานล้านนา ปีนี้ได้นั่งธรรมะมากยิ่งขึ้นคือประมาณ ๓ เดือน ธรรมะเราก้าวหน้ามากขึ้น หยุด นิ่ง ได้เร็ว แรง นิ่ง แน่น เคลื่อนไปทั้งตัว จนลืมกายหยาบ พระเดชพระคุณหลวงพ่อท่านให้เราฝึกทบทวน ๑๘ กายให้ชำนาญ เพราะเป็นพื้นฐานในการศึกษาวิชชาธรรมกาย เรานั่งธรรมะกันสนุกสนานมาก มีการจัดกลุ่มติวกันเป็นทีม คึกคักมากทีเดียว การติวกันทำให้ธรรมะของพวกเราเท่าเทียมทันกันทั้งทีม

การที่ได้มีโอกาสปฏิบัติอย่างเต็มที่ติดต่อกันในช่วงของ



การปิดเทอมนี้ ทำให้ผลการปฏิบัติธรรมของพวกพี่เณรดีขึ้นเรื่อยๆ และทำให้ได้รับอานิสงส์ของการปฏิบัติธรรมอันทรงคุณค่า ด้วยการเข้าถึงความสุขที่แท้จริงภายใน ได้รับประสบการณ์ใหม่ๆ ซึ่งถือว่าเป็นกำไรชีวิตที่หาได้ยากยิ่ง

พระเดชพระคุณหลวงพ่อธัมมชโยท่านได้พูดถึงอานิสงส์ของการปฏิบัติธรรมอย่างย่อๆ ไว้ว่า

“การปฏิบัติธรรมจะทำให้ใจของเราสะอาดบริสุทธิ์ ระบบประสาททุกๆ ส่วนจะคลี่คลาย ทั้งร่างกายและจิตใจจะผ่อนคลายสบาย เราจะมีความสุข มีปีติมีความเบิกบานใจ หลับเป็นสุข ตื่นเป็นสุข หลับแล้วปกติจะไม่ฝัน แม้ฝันก็จะฝันเห็นแต่สิ่งที่เป็นสิริมงคล

เวลาญาติโยมสาธุชนเห็นพวกเราตั้งใจประพฤติปฏิบัติ

ธรรม ที่ยังไม่เลื่อมใสก็จะเลื่อมใสที่เลื่อมใสแล้วก็เลื่อมใสยิ่งๆ ขึ้นไป เหล่าเทวดาจะมาชื่นชมอนุโมทนาและตามรักษาเรา เหมือนมารดารักษาบุตรในอุทร ผู้ปฏิบัติย่อมได้เข้าถึงความสุขในปัจจุบัน

พอใจหยุดถูกส่วน แสงสว่างย่อมเกิดจากภายใน แล้วเข้าถึงปฐมมรรค กายในกาย จนกระทั่งเข้าถึงพระธรรมกาย ได้ฌานสมาบัติ ได้วิปัสสนา วิชชา ๓ วิชชา ๘ อภิญญา ๖ ปฏิสัมภิทาญาณ ๔ รู้แจ้งเห็นแจ้งแทงตลอดในวิชชาธรรมกาย ในที่สุดจะไปถึงที่สุดแห่งธรรม”

ปีที่พี่เณรไปปฏิบัติธรรมที่เชียงใหม่นั้น มีอยู่คืนหนึ่งขณะที่พระภิกษุสามเณร อุบาสก อุบาสิกา กำลังนั่งสมาธิอยู่ในเรือน คืนนั้นเป็นวันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ พระจันทร์เต็มดวง เวลาประมาณ ๒ ทุ่มเศษ พอสวดมนต์ทำวัตรเย็นเสร็จ เริ่มนั่งสมาธิได้ไม่นานนัก เหล่าสามเณรก็สะกิดกันให้หันไปดูนอกหน้าต่าง ภาพที่ปรากฏแก่สายตาของพวกเรา คือดวงแก้วขนาดเท่าลูกเทนนิส มีแสงสว่าง นวลผ่อง ลอยเด่นอยู่นอกห้องปฏิบัติธรรม

เสียงกระซิบกระซาบชักชวนให้ลืมตาขึ้นมาดู จึงเริ่มดังขึ้นในหมู่สามเณร บางคนนึกว่าสามเณรคงจะหยอกล้อกัน โยมพี่ใสจึงพูดติงขึ้นว่า “สามเณรอย่าเล่นกันในเวลานั่งธรรมะนะเจ้าคะ” แต่พอโยมเหลือบไปเห็นแก้วเสด็จเข้า จึงรู้และเข้าใจเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น จากนั้นดวงแก้วมาลอยอยู่รอบๆ เรือน ไม่กี่นาทีก็หายไป

หลังจากเลิกนั่งสมาธิแล้ว พออุบาสก อุบาสิการู้เข้าก็มาถามกันใหญ่เลยว่า “สามเณรเห็นแก้วเสด็จหรือ ทำไมจึงไม่บอกโยมพี่บ้างเลย” พอวันต่อมาทุกๆ คน จึงแทบไม่เป็นอันนั่งหลับตาทำสมาธิกัน เพราะต่างคนต่างก็รอคอยเฝ้าดูที่นอกหน้าต่างด้วยความหวังว่าจะได้เห็นดวงแก้วอีก แต่คืนนั้นก็ผ่านไปด้วยความผิดหวัง ไม่มีอะไรเกิดขึ้น

แต่พออีก ๒-๓ วันต่อมา สิ่งอัศจรรย์นั้นก็เกิดขึ้นอีกครั้งหนึ่ง ในขณะที่เรากำลังนั่งสมาธิกันอยู่ พี่เณรก็เกิดความรู้สึกอยากจะลืมตาขึ้นมาเฉยๆ พอลืมตาขึ้นมา ก็เห็นดวงแก้วเสด็จมาอีก แล้วก็ลอยไปทางห้องของหลวงพ่อ คราวนี้เห็นกันหลายคน ทั้งอุบาสกอุบาสิกา จึงมีเสียงฮือฮาพูดคุยซุบซิบกันใหญ่ต่างก็ตื่นเต้นที่มีบุญได้เห็นแก้วเสด็จ

วันรุ่งขึ้นพวกพี่เณรได้ไปสนทนาธรรมกับโยมป้าถวิล ซึ่งขึ้นมาปฏิบัติธรรมด้วย ปกติทุกๆ เย็นเราก็จะมาสนทนาธรรมกับโยมป้าอยู่เสมอๆ พี่เณรรู้สึกอบอุ่นใจเมื่ออยู่ใกล้โยมป้า และรู้สึกเหมือนกับว่าท่านเป็นเหมือนแม่ทีเดียว ท่านมักจะเล่าธรรมะเล่าประสบการณ์การสร้างวัดและอะไรต่างๆ อีกมากมายให้ฟังพวกพี่เณรได้ถามการเสด็จมาของดวงแก้ว ท่านก็เล่าว่า

“เมื่อก่อนโยมป้ามานั่งธรรมะที่นี่ เวลาสวดมนต์แก้วก็เสด็จมาเป็นแก้วกายสิทธิ์ที่รักษาพระบรมสารีริกธาตุอยู่บนยอดพระธาตุดอยสุเทพ เขามาอนุโมทนาบุญที่พวกเรานั่งสมาธิ เขาเห็นแสงสว่าง เขาก็ชื่นชมบารมีของพวกเรา”

เวลาเรานั่งสมาธิได้ดี แม้แต่เทวดาก็อดที่จะนิ่งเฉยไม่ได้ ยังต้องมาอนุโมทนาและชื่นชมกับเรา พระเดชพระคุณหลวงพ่อท่านได้เมตตาตั้งชื่อรุ่นนั้นว่า *"รุ่นแก้วปีติ แก้วชมบารมี"*

ท่านบอกว่า **"การกระทำใดๆ ที่จะไม่เกิดผลกระทบต่อโลก เป็นไม่มี หากการกระทำนั้นเป็นสิ่งที่ดี โลกก็จะพลอยดีไปด้วย ดังนั้นการที่เราประพฤติปฏิบัติธรรม กระแสแห่งความบริสุทธิ์ใจของเรา ก็จะช่วยกลั่นโลกนี้ให้สะอาด บริสุทธิ์ไปด้วย"**

นอกจากความรู้ และความสุขที่พี่เณรได้รับจากการปฏิบัติธรรมแล้ว สิ่งที่สำคัญอย่างหนึ่งซึ่งเกิดขึ้นตามมาคือ "กำลังใจ" เมื่อปฏิบัติธรรมทำใจให้หยุดนิ่งปล่อยใจเข้าไปสู่กลางกายภายใน พลังใจของเราก็จะเพิ่มพูนขึ้น จนบางครั้งเพิ่มขึ้นถึงกับมีความรู้สึกว่า *"ด้วยพลังใจของเราในขณะนี้ แม้มีภูเขาหิมาลัยทั้งลูกมาขวางกั้น ก็จะสามารถทลายมันลงไปได้ เพียงแค่แรงจากปลายนิ้วสัมผัส"* หากเราตั้งใจจะทำอะไรแล้ว ย่อมไม่มีสิ่งใดที่จะเป็นไปไม่ได้ ทุกอย่างสำเร็จได้ด้วยใจ ความสำเร็จอยู่ที่ใจ เหมือนดังคำกล่าวที่ว่า **"ความสำเร็จอยู่แค่เอื้อม นับว่ายังไกล ความสำเร็จอยู่ที่ใจ ไม่ต้องเอื้อม"**

บางครั้งที่พี่เณรรู้สึกไม่สบาย ไม่ว่าจะเป็นเพราะปัญหาใดๆ ที่เกิดขึ้นก็ตาม ทันทีที่พี่เณรนั่งสมาธิปล่อยใจให้หยุดนิ่ง อย่างเบาสบาย สักครู่ใจก็จะลื่นไหลเข้าไปสู่กลางกายภายใน องค์พระธรรมกายก็จะผุดซ้อนขึ้นมาเรื่อยๆ ต่อเนื่องกันเป็นสาย เกิด

ความชุ่มเย็น โปร่ง โล่ง เบา สบาย มีความสุข ความอิ่มเอิบเบิกบานใจ จนลืมทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่น่าเชื่อเลยว่าปัญหาเมื่อสักครู่ที่เรามีความรู้สึกว่ามันช่างยิ่งใหญ่ ประดุจขุนเขานั้น บัดนี้ปัญหาทั้งหลายเหล่านั้นมันหายไปไหนหมด ไม่มีเหลืออยู่ในใจเลย **ใจที่ใสสว่างของพี่เณรได้ขยายกว้างออกไปอย่างไม่มีประมาณ ทำให้มองเห็นสาเหตุของปัญหา รวมทั้งวิธีการแก้ไขปัญหานั้นๆ ได้อย่างง่ายดาย และก็ไม่คิดว่าสิ่งนั้นเป็นปัญหา** นี่คือความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับพี่เณรจริงๆ

ครั้นเมื่อออกจากสมาธิ พี่เณรก็พร้อมที่จะเผชิญหน้ากับทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่ว่าสิ่งนั้นจะยิ่งใหญ่หนักหนาสักเพียงไร ก็ไม่รู้สึกหวั่นไหว แต่กลับมีดวงใจที่เปี่ยมไปด้วยพลังใจ มีความสุข ความเบิกบาน เมื่อผู้อื่นมาพบเห็นเราเขาก็จะพลอยมีความสุข ความเบิกบานไปด้วย

การปฏิบัติธรรมจะส่งผลดีให้กับตัวของเราเองก่อน แล้วยังมีผลกระทบต่อคนข้างเคียงอีกด้วย พระเดชพระคุณหลวงพ่อท่านบอกว่า **"ด้วยกระแสใจที่หยุดนิ่งของเราจะเกิดอิทธิพลของกระแสแห่งความบริสุทธิ์ที่มีอิทธิพลรุกเงียบไปในบรรยากาศ ขจัดสิ่งที่ไม่บริสุทธิ์ให้หมดสิ้นไป แม้จะไม่ได้เห็นด้วยตาก็ตาม แต่สามารถสัมผัสได้ด้วยใจ**

เมื่อเรามีความดี ความดีนั้นก็จะขยายออกไปเรื่อยๆ ทำให้เกิดเป็นแรงบันดาลใจแก่บุคคลที่พบเห็น อยากที่จะกระทำความดีตามไปด้วย เมื่อเรามีความสุขๆ ก็จะขยาย

กว้างออกไปเรื่อยๆ จากศูนย์กลางกายของเราไปสัมผัสกระแสใจของผู้อื่น ก็จะพลอยให้ผู้อื่นมีความสุขไปด้วย เหมือนเราขึ้นไปบนที่สูงกลางทะเล แล้วโยนก้อนหินลงไปในน้ำ ก็จะเกิดกระแสคลื่นกระทบกันไปเรื่อยๆ ไม่มีที่สิ้นสุดจนถึงฝั่ง"

น้องเณรเห็นไหมว่า การปฏิบัติธรรมมีประโยชน์อย่างมากมายมหาศาล ทั้งต่อตัวของเราเองและต่อผู้อื่น พี่เณรเคยได้ฟังญาติโยมหลายท่านเล่าผลการปฏิบัติธรรมที่ดีให้ฟัง ท่านเหล่านั้นบอกว่า *"เห็นพระธรรมกายสว่างไสวอยู่ตลอดเวลา แม้จะล้างหน้าแปรงฟันก็เห็น เหมือนกับว่าล้างพระพักตร์ของพระธรรมกายด้วย มีความรู้สึกว่าตัวเองเป็นพระธรรมกาย"*

แม้เขามีภารกิจในทางโลกมากมาย แต่ภารกิจเหล่านั้นก็ไม่เป็นอุปสรรคในการปฏิบัติธรรม ซึ่งหันย้อนมาดูตัวเราเอง ภารกิจในแต่ละวันของเรานั้น ก็เป็นภารกิจที่เป็นบุญกุศลทั้งนั้นเลย แต่ภารกิจของญาติโยมนั้น ไม่ค่อยจะเอื้ออำนวยต่อการทำใจให้หยุดให้นิ่งเท่าไรนัก ทำไมผลการปฏิบัติของเขาถึงอยู่ในระดับที่จัดว่าดีมากๆ ทีเดียว พระเดชพระคุณหลวงพ่อท่านได้แนะนำให้พวกเราหันกลับมาพิจารณาตัวเองอย่างจริงจังและจริงใจว่า ทำไมการปฏิบัติธรรมของเราจึงไม่ได้ผลเท่าที่ควรจะเป็น

เริ่มตั้งแต่เรื่องของ **"ความสมัครใจ"** เราต้องถามตัวเองให้ได้ก่อนว่า เราสมัครใจที่จะเข้าถึงพระธรรมกาย จริงรึเปล่า ถ้าสมัครใจที่จะเข้าถึงพระธรรมกายจริงๆ จะต้องประคองใจไว้

ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ตลอดเวลา ทำให้ได้ตลอดทั้งวันทั้งคืน ทั้งหลับทั้งตื่น ยืน เดิน นั่ง นอน *ไม่ว่าจะทำอะไร อย่าให้ใจหลุดจากกลาง อย่าให้สูญเสียการทำใจให้หยุด นิ่ง โดยไม่มีข้อแม้ ข้ออ้าง หรือเงื่อนไขใดๆ*

นอกจากเรื่องของ "ความสมัครใจ" แล้ว **"วิธีการที่ถูกต้อง"** ก็เป็นสิ่งสำคัญมาก ที่จะต้องทำให้ได้ตรงตามแบบแผนที่หลวงพ่อท่านวางเอาไว้ด้วยคือ **"ให้หยุด นิ่ง เฉย อย่างเบาๆ สบายๆ ให้ต่อเนื่อง มีอะไรให้ดูก็ดูไป ดูไปเรื่อยๆ อย่างสบายๆ โดยไม่ต้องคิดอะไรทั้งสิ้น ให้ทำอย่างนี้ แค่นี้เท่านั้น"**

บางคนดูเบาไม่ปฏิบัติตาม แม้นั่งไปเป็น ๑๐ ปีก็ยังไม่ได้ผล แล้วก็มาบ่น "นั่งแล้วไม่เห็นมีอะไร" เพราะเขาทำผิดวิธีจึงไม่ได้ผล เมื่อไม่ได้ผลก็เหมาเอาว่าที่คนอื่นเขาเห็นธรรมะกันนั่นไม่จริง คงเป็นเพียงจินตนาการ หรือนึกคิดเอาทั้งนั้น เลยพาลไม่เชื่อว่าธรรมะมีจริง

ดังนั้นเมื่อสมัครใจแล้ว ก็ต้องทำอย่างถูกวิธี **มุ่งที่วิธีการหยุดนิ่งอย่างถูกต้อง อย่ามุ่งที่ผล** ว่าต้องเห็นนั่นเห็นนี่ ได้นั่นได้นี่ ถ้าทำถูกต้องแล้วย่อม ได้ผลเอง พระเดชพระคุณหลวงพ่อสอนว่า **"วิธีการที่ถูกต้องจะนำไปสู่ประสบการณ์ภายในที่สมบูรณ์ ให้มุ่งที่การทำใจให้หยุดนิ่ง อย่ามุ่งว่าจะต้องเห็นนั่นเห็นนี่ เพราะการเห็นนั้นเป็นเพียงผลพลอยได้**

แม้นั่งแล้วไม่เห็นอะไรก็ตาม ให้รักษาใจหยุดนิ่งเอาไว้

ให้พึงพอใจในประสบการณ์ที่มีอยู่ ความพอใจจะทำให้ใจละเอียด แล้วเกิดประสบการณ์ใหม่ๆ โดยที่เราคาดไม่ถึง

ความสบายทำให้เกิดความพึงพอใจ ความพึงพอใจทำให้ใจละเอียด แล้วเราจะเข้าถึงประสบการณ์ภายในอย่างมีความสุขในทุกขั้นตอน"

อารมณ์สบายเป็นหัวใจในการที่จะทำให้เราเข้าถึงพระธรรมกาย พระเดชพระคุณหลวงพ่อท่านสอนว่า "อย่ากังวลกับศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ มากเกินไป สบายตรงไหนให้วางใจไว้ที่ตรงนั้น ตรงจุดที่เรามีความพึงพอใจชอบใจ เมื่อวางใจตรงนี้แล้ว อารมณ์มันจะนิ่งๆ เฉยๆ ก่อนในเบื้องต้น มันไม่ถึงกับสบายเป็นเพียงเฉยๆ ไม่ถึงกับสุขแต่ก็ไม่ทุกข์ พอเรารักษาความสบายไปเรื่อยๆ ใจก็จะละเอียดขึ้น

ถ้าใครละเอียดแล้วถึงจะสัมผัสอารมณ์สบายที่แท้จริงได้คือมันจะโล่ง โปร่ง เบา สบาย ใจขยาย มีความรู้สึกกลืนไปกับบรรยากาศเหมือนไร้ตัวตน เราจะเกิดความพึงพอใจในอารมณ์นี้ อยากจะอยู่กับอารมณ์นี้นานๆ ให้นิ่งต่อไป ไม่ช้าก็จะถูกส่วนเหมือนถูกดูดวูบเข้าสู่ภายใน แล้วก็จะเข้าถึงดวงธรรม และองค์พระภายในเอง เราทำเพียงแค่หยุด นิ่ง อย่างสบายๆ ประสบการณ์ภายในทุกอย่างจะเกิดเอง

ฉะนั้น**ความสบายจึงเป็นจุดที่สำคัญ ถ้าสบายแล้วจึงจะหยุด ถ้าไม่สบาย ใจจะไม่หยุดเด็ดขาด**

เพื่อนๆ ของพี่เณรที่เข้าถึงพระธรรมกาย ส่วนใหญ่ก็จะมี

พื้นฐาน คือใจสบายกันทุกรูป ใจสบายเท่านั้นจึงจะเข้าถึงพระธรรมกายได้ **สิ่งหนึ่งที่เราฝึกกันมากคือการรักษาอารมณ์สบายให้ต่อเนื่อง** เพราะการเห็นไม่ใช่สิ่งยาก ใจสบายเมื่อไหร่ก็เห็นได้เมื่อนั้น แต่การรักษาอารมณ์สบายให้ต่อเนื่องนี่ซิ เป็นสิ่งที่ยากกว่า เพราะจะทำได้ต้องรักษาใจให้ได้ทั้งวัน จะต้องไม่หงุดหงิดขุ่นมัวกับเรื่องอะไรทั้งนั้น อารมณ์ดีทั้งวันและต้องอารมณ์เยือกเย็นด้วย

ใจเย็นๆ นี่สำคัญนะ ถ้าหากเรานั่งแล้วยังไม่ได้ผล อย่าเพิ่งท้อ ให้ใจเย็นๆ หากน้องเณรขยันนั่งแล้วยังไม่ได้ผลอีก ก็ขอให้หันมาพิจารณาว่า **เรามี "ความอยาก" มากเกินไปหรือเปล่า? ความอยากจะทำให้เราเผลอไปลุ้น เร่ง เพ่ง จ้อง** ซึ่งไม่ได้ผล เราต้องทำใจเย็นๆ เราไม่มีทางเลือกอื่นนอกจากใจเย็นๆ

ขอให้คิดว่า **เราไม่ได้มานั่งแข่งกับใคร หรือแข่งกับเวลา แต่เรานั่งเอาบุญ นั่งพักผ่อนให้ใจสบายมีความสุข** การที่เราคิดอย่างนี้จะทำให้เราไม่ตั้งใจมากเกินไป จนกลายเป็นความทะยานอยาก เมื่อความอยากหมด ใจก็จะหยุด และไม่ช้าน้องเณรก็จะเข้าถึงพระธรรมกายอย่างแน่นอน

เมื่อเราเข้าถึงพระธรรมกายแล้ว เราจะปลื้มใจและรู้สึกภูมิใจในตัวเอง เห็นคุณค่าในตัวของเราเอง ทุกทิวาราตรี ทุกลมหายใจของเรามิได้ผ่านไปอย่างไร้ค่า ไร้สาระ ไร้ความหมาย ทุกย่างที่ก้าวเดิน คือก้าวเดินแห่งความสุขและความปีติใจที่เราจะได้รับ เราจะไม่ต้องการอะไรอีกแล้ว *เราจะรู้จักคำว่า*

“พอ” มีความสุขอิ่มเอิบอยู่ภายใน อยู่ในโลกส่วนตัวที่อิสระเสรี ไม่มีอะไรผูกมัด เราจะเป็นตัวของตัวเองอย่างแท้จริง

สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ใครๆ ต่างก็ปรารถนา ซึ่งมันก็ไม่ได้ไกลเกินกว่าที่จะเอื้อมถึง ถ้าหากน้องเณรรักธรรมะจริงๆ ย่อมไม่มีสิ่งใดมามีอิทธิพลเหนือดวงใจของน้องเณรได้ **ความรักที่บริสุทธิ์ก็คือรักธรรมะ รักในการทำใจให้หยุด ทำใจให้นิ่ง และความรักในสิ่งที่บริสุทธิ์นี่แหละ ย่อมจะนำใจของเราไปสู่สิ่งที่บริสุทธิ์ด้วย**

ดังนั้น ให้น้องเณร ดีใจ ปลื้มใจ และภาคภูมิใจเถิดว่า เราได้ “กำไรชีวิต” แล้ว เพราะชีวิตของเราเดินมาถูกทางที่สุดและลัดที่สุดเพื่อไปสู่เป้าหมายคือที่สุดแห่งธรรม เมื่อน้องเณรได้มาปฏิบัติธรรมและรู้แล้วว่าเป้าหมายของเราต้องการจะไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม ก็อย่าให้หลุดจากเป้าหมาย เพราะเป็นเป้าหมาย ที่สูงที่สุดของเรา ไม่มีอะไรยิ่งไปกว่านี้อีกแล้ว

ขอให้น้องเณรรักษามโนปณิธาน และเป้าหมายชีวิตให้ดี **แม้กาลเวลาจะเปลี่ยนไป แต่เป้าหมายไม่เปลี่ยนแปลง** ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้นจะต้องยืนหยัดสู้ต่อไป **อุปสรรคทั้งหลายย่อมพ่ายแพ้ต่อผู้มีความเพียรพยายามเสมอ**



๖
ไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม

สวัสดีน้องเณรที่คิดถึง

ฉบับที่แล้วพี่เณรได้เล่าถึงประสบการณ์ในการปฏิบัติธรรมของพี่เณรให้น้องเณรฟัง ซึ่งเป็นประสบการณ์จริงๆ ที่พี่เณรได้เข้าถึง หวังว่าคงถูกใจน้องเณรนะ สำหรับฉบับนี้พี่เณรอยากจะเล่าความตั้งใจจริงที่จะไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม

พี่เณรนั่งธรรมะทุกวัน และมีความสุขมากจากการนั่งธรรมะทุกครั้ง ความสุขเป็นพื้นฐานที่สำคัญของชีวิต **ถ้าชีวิตปราศจากความสุขแล้วก็จะขาดพลังที่จะผลักดันชีวิตให้ก้าวต่อไปสู่จุดหมายปลายทางได้** ดังนั้นควรสั่งสมความสุขใจเป็นประจำสม่ำเสมอ

ควรเก็บเกี่ยวความสุขทุกครั้งในการปฏิบัติธรรม

พวกพี่เณรทุกรูปอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขประพฤติปฏิบัติธรรมร่วมกันอย่างเป็นสุขใจ อยู่ร่วมกันฉันท์พี่น้อง มีอะไรก็ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เพราะเราต่างเป็นญาติทางธรรม **เราล้วนเป็นลูกพ่อเดียวกันเราต่างเป็นเลือดเนื้อเชื้อไขของธรรมกายมีสายเลือดธรรมกายเข้มข้น เป็นเลือดที่ใสบริสุทธิ์** วันๆ หนึ่งเราจะทำกาย วาจา ใจ ให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ที่สุด ชีวิตมีแต่กลางของกลาง มุ่งทำความละเอียดกันอย่างเต็มที่ เป้าหมายของเราคือที่สุดแห่งธรรม

พระเดชพระคุณหลวงพ่อธัมมชโย ท่านได้หล่อหลอมพวกพี่เณรให้รักในวิชชาธรรมกายให้อุทิศชีวิตเพื่อศึกษาวิชชาธรรมกายอย่างเต็มที่ เพื่อความบริสุทธิ์หลุดพ้นจากการเป็นบ่าวเป็นทาสของพญามาร โดยมุ่งไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม

คำว่า "ที่สุดแห่งธรรม" เป็นเป้าหมายสูงสุดของชีวิต เป็นเป้าหมายอันแท้จริงของพวกเราทุกๆ คน คำๆ นี้ได้ฝังรากลึกอยู่ในใจของพี่เณร จนทำให้พี่เณรเกิดแรงบันดาลใจอยากจะรีบไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรมเร็วๆ จิตสำนึกอันนี้ได้กระตุ้นเตือนพี่เณรอยู่ตลอดเวลาว่า *"เราจะต้องไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรมให้ได้"*

ประกาศศึกกึกก้องซ้องไตรภพ
รวมนักรบครบถ้วนล้วนแกร่งกล้า

สามัคคีมีวินัยใฝ่วิชชา
เพื่อนำพาสรรพสัตว์ไปพร้อมกัน

ศึกครั้งนี้ซิใหญ่หลวงปวงเพื่อนข้า
ผองเราอย่าพาใจให้หุนหัน
หมั่นฝึกใจให้หยุดนิ่งดิ่งทุกวัน
เป้าหมายนั้นมุ่งที่สุดสุดแห่งธรรม

พี่เณรรักวิชชาธรรมกายเป็นชีวิตจิตใจ ไม่เห็นสิ่งอื่นใดเลยที่จะมีค่ายิ่งกว่าวิชชาธรรมกาย รักในการหยุดนิ่ง จิตใจผูกพันกับศูนย์กลางกาย ใจอยู่กลางองค์พระตลอดเวลา ปล่อยใจเข้าไปเรื่อยๆ โดยไม่มั่นหมาย แต่มีเป้าหมายสูงส่งคือ **"ความรู้แจ้งแทงตลอดในวิชชาธรรมกาย เพื่อไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม"**

หากเรามีเป้าหมายนี้เราจะมีความเพียรที่จะหยุดนิ่งตลอดเวลา เราจะไม่ประมาทเลย เราต้องใฝ่สูง ไหนๆ ต้องคิดทั้งทีต้องคิดไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม พระเดชพระคุณหลวงพ่อท่านจะคอยย้ำเตือนให้เราคิดอย่างนี้ทุกๆ วัน และวันละหลายๆ ครั้ง ไหนๆ เกิดมาเป็นมนุษย์ทั้งที ควรคิดทำสิ่งที่ดีที่สุดให้กับตัวเอง เราเหลือเวลาอยู่ในโลกมนุษย์นี้ไม่มากแล้ว

"จงใช้เวลาที่เหลืออยู่น้อยที่สุดนี้ ทำให้เกิดประโยชน์มากที่สุด"

ชีวิตในทางธรรม จะรู้สึกว่าวันๆ หนึ่งช่างผ่านไปอย่างรวดเร็วเหลือเกิน เร็วกว่าชีวิตในทางโลก เวลามีคุณค่ามากขึ้น

เราจะรู้สึกเดี๋ยววันเดี๋ยวคืนดูเหมือนยังไม่ค่อยได้ทำอะไรเลยหาก ทำหยุดนิ่งทุกๆ วันแล้ว ชีวิตจึงจะมีคุณค่า *"ถ้าไม่หยุดนิ่ง ก็เหมือนไม่ได้ทำอะไรเลยจริงๆ"*

เรานุ่งห่มธงชัยของพระอรหันต์ ชุดนี้มีไว้สำหรับผู้ต้องการเอาชนะกิเลสอาสวะ มีมรรคผลนิพพานเป็นแก่นสาร หวังความบริสุทธิ์หลุดพ้น ไม่ได้คิดอยากเด่นอยากดัง แต่เอาธรรมะเป็นที่ตั้ง เรานั่งเพื่อตัวเอง เพื่อเป็นที่พึ่งแก่ตัวเราเองจริงๆ ช่วยตัวเอง เพื่อจะได้ช่วยผู้อื่นได้อย่างเต็มที่

คนรักตัวเอง ต้องช่วยตัวเองก่อน ดูคุณยายเป็นตัวอย่างสิ เวลาหลวงพ่อวัดปากน้ำถามว่า

"ลูกจันทร์ เอ็งนั่งธรรมะไปทำไมวะ?"

คุณยายตอบ **"ลูกนั่ง เพื่อตัวเองเจ้าค่ะ"**

หลวงพ่อท่านชอบใจ เพราะยายตอบถูกใจ ไม่ตอบเอาใจใครทั้งนั้น ตอบตามความเป็นจริง พอคุณยายช่วยตัวเองได้ท่านก็ช่วยให้พ่อพ้นจากนรกได้และช่วยประเทศชาติได้ สมัยสงครามโลกช่วยปัดลูกระเบิดป้องกันประเทศได้ พรางป่าให้เป็นเมือง พรางเมืองให้เป็นป่า จนประเทศไทยอยู่รอดปลอดภัยมาถึงทุกวันนี้ อย่างนี้เรียกว่า **"เรียนธรรมะเพื่อช่วยตัวเองแล้วยังช่วยผู้อื่นได้อีกด้วย"**

พี่เณรอยากให้น้องเณรรักธรรมะ รักตัวเอง การที่เราจะรักสิ่งใดสิ่งหนึ่ง แสดงว่าสิ่งนั้นต้องมีคุณค่าต่อตัวเรา ถ้าเรารักสิ่งใด ใจก็จะไปติดอยู่กับสิ่งนั้น เหมือนชายหนุ่มรักหญิงสาว แต่

หากเรารักธรรมะ ใจเราก็จะติดอยู่ในกลางธรรมะตลอดเวลา ทั้งรักและผูกพัน หวงแหนไม่ให้หายไปไหน ไม่ให้คลาดจากใจ หากรักมากกว่านั้น เราก็จะกลมกลืนเป็นอันหนึ่งเดียวกันกับธรรมะภายในเลย

ความรักและความศรัทธาในธรรมะ ควรเกิดจากตัวเราเองดีที่สุด ชีวิตนี้ไม่มีใครสามารถบังคับเราได้ เราจะรักหรือไม่รักอยู่ที่ตัวเราเอง

รักธรรมะใหม่ๆ ...อยากจะเข้าถึงพระธรรมกาย

รักธรรมะมากขึ้น...อยากจะศึกษาวิชชาธรรมกาย

รักมากที่สุด...อยากจะไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม

ถ้าใจไม่คลาดจากศูนย์กลางกายเลย อย่างนี้เรียกว่า ***"รักธรรมะแท้จริง"***

ชีวิตสามเณรเราอย่าไปรักใครเลย เสียเวลาเปล่า รักธรรมะกันดีกว่า

"สละทรัพย์เพื่อรักษาอวัยวะ

สละอวัยวะเพื่อรักษาชีวิต

สละชีวิตเพื่อรักษาธรรม"

น้องเณรลองถามตัวเองดูว่า เรารักธรรมะแค่ไหน? รักแค่ชีวิตหรือยิ่งกว่าชีวิต? รักคนอื่นอาจผิดหวังได้ แต่รักธรรมะไม่มีผิดหวัง เพราะเราหวังไม่ผิด

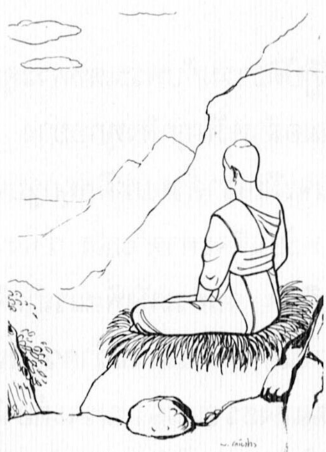
พระเดชพระคุณหลวงพ่อ ท่านจะสอนพวกเราอยู่เสมอว่า

"ให้รักษาธรรมะเอาไว้ ให้เห็นอยู่ตลอดเวลา อย่าให้หาย เพราะเราต้องใช้เป็นที่พึ่งในชีวิตใช้ธรรมะต่อสู้กับกิเลสอาสวะ เพราะงานที่แท้จริงของเราคือ งานกำจัดกิเลสอาสวะ"

การต่อสู้กับกิเลสอาสวะ ไม่ได้ต่อสู้ด้วยวิธีการอื่น นอกจาก "หยุด...อย่างเดียวเท่านั้น" ดังนั้นหลวงพ่อวัดปากน้ำท่านจึงย้ำว่า **"หยุดเป็นตัวสำเร็จ"** ใครที่ใจหยุดนิ่งได้ตลอดเวลา ถือว่าเป็นยอดคน ถ้าใจไม่หยุดนิ่ง คุณค่าแห่งความเป็นคนก็ลดน้อยลงไป **เวลาที่สำคัญที่สุดในชีวิตของเราคือ "เวลาที่ใจหยุดนิ่ง"** ดังนั้นดีที่สุดคือ หยุด...และก็หยุดในหยุดๆ ไปเรื่อยๆ จนกว่าจะถึงที่สุดแห่งธรรม

เราเกิดมามีหน้าที่ เกิดมาอย่างมีคุณค่า บวชอย่างมีคุณค่า และหยุดอย่างมีคุณค่า ชีวิตของเราจะเริ่มมีคุณค่าเมื่อเราหยุดได้ เราจะภูมิใจในตัวเองเมื่อเราหยุดอย่างสมบูรณ์ พอหยุดก็เข้ากลางได้ ใครก็ตามที่เข้ากลางได้ บุคคลนั้นจะเป็นผู้มีบุญมากมายมหาศาล ดังนั้นพระเดชพระคุณหลวงพ่อจึงบอกว่า **"ชีวิตจะมีคุณค่า ถ้าเข้ากลางได้"**

พี่เณรอยากจะให้น้องเณรบวชมาอย่างมีเป้าหมาย ถ้าเราบวชอย่างมีวัตถุประสงค์ถูกต้อง เราจะได้บุญมาก **"เราต้องบวชเพื่อศึกษาวิชชาธรรมกาย ไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม"** เราจะทุ่มเทชีวิตจิตใจ ทุ่มตัวเพื่อศึกษาวิชชาธรรมกายให้ได้ แม้หนทางข้างหน้ายังอีกยาวไกล แต่เราจะอดทนและอดทนอย่างไม่ย่อท้อ



ไม่ว่าจะมีอุปสรรคใดๆ เกิดขึ้น ขอน้องเณรอย่าได้หวั่นไหว พี่เณรจะขอเอาใจช่วยอย่างเต็มที่ ขอให้น้องเณรมั่นคงในอุดมการณ์ และเป้าหมายชีวิตให้ดี อย่าได้ประมาท **การปฏิบัติธรรมเป็นหัวใจเป็นชีวิตจิตใจของเราจะทิ้งไม่ได้** แม้จะมีภาร-กิจอื่นใดก็ตาม จะทำอะไรมากมายก็ตาม ก็อย่าลืมทำธรรมะให้ได้ตลอดเวลา

ตอนนี้เรากำลังฝึกใจให้บริสุทธิ์ ขัดเกลาจิตใจไปทุกๆ วัน เราต้องเอาชนะความโลภ ความโกรธ ความหลงให้ได้ พระเดชพระคุณหลวงพ่อสอนเราอยู่เสมอว่า

“เรียนธรรมะ อย่าหลงตัวลืมตัว อย่าอยากเด่นอยากดัง อย่าหวังคำชม เพราะเรามีเป้าหมายสูงสุดจะไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม เมื่อยังไปไม่ถึงเราจะไม่ประมาท ไม่ทิ้งมโนปณิ-ธานอันสูงส่ง เราจะต้องรักษามโนปณิธานยิ่งชีวิต แม้เวลาจะแปรผันแต่ปณิธานไม่ผันแปร”

พี่เณรนั่งปฏิบัติธรรมกับพระเดชพระคุณหลวงพ่อ ต้องฝึกให้เป็นผู้พร้อมเสมอสำหรับทุกสิ่งทุกอย่าง ทั้งงานหยาบและงานละเอียด ท่านจะฝึกเราด้วยบทฝึกทุกรูปแบบ เราต้องอยู่ในโอวาทของท่าน พร้อมที่จะทำตามสั่ง ว่าไงว่าตามกัน เป็นทีมทั้งหยาบและละเอียด จนกระทั่งพี่เณรเกิดจิตสำนึกของความเป็นทีมขึ้นมาอย่างแท้จริง แลเห็นว่า**ความเป็นทีมสำคัญมากที่จะไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม** น้องเณรจะต้องฝึกความเป็นทีมให้ดีนะ อย่าเอาแต่ใจตัวเอง ให้เอาทีมเป็นหลัก

พระเดชพระคุณหลวงพ่อท่านสอนว่า **"การเรียนวิชชาธรรมกายต้อง ไม่มีความหวังในทางโลก ต้องไม่มีเครื่องกังวล ยอมสละทุกอย่างเพื่อมุ่ง ที่จะบรรลุวิชชาธรรมกายจริงๆ เพราะโลกียะและโลกุตตระไปด้วยกันไม่ได้"**

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้ทรงปัญญาอันประเสริฐ ทรงมองเห็นว่าไม่มีวิชาใดๆ ที่จะเลิศไปกว่าวิชชาธรรมกาย จึงทรงให้พระราหุลบวชเป็นสามเณรตั้งแต่อายุได้ ๗ พรรษา เพื่อศึกษาวิชชาธรรมกาย มุ่งที่สุดแห่งธรรม เพื่อหลุดพ้นจากกองทุกข์ เพราะการเรียนรู้อย่างอื่นไม่สามารถหลุดพ้นจากทุกข์ได้ ความรู้ในวิชาทางโลกทั้งหมดเรียนไป ก็ไม่พ้นทุกข์ ช่วยได้เพียงแค่เลี้ยงชีวิตให้ดำรงอยู่ได้

ส่วนความรู้ในทางธรรม วิชชาธรรมกาย เป็นทางลัดที่สุด เร็วที่สุด ที่จะไปสู่ที่สุดแห่งธรรม หลุดพ้นจากทุกข์ทั้งมวลได้จริง

ผู้ที่จะศึกษาวิชชาธรรมกายได้ก็ต้องมีคุณสมบัติอย่างคุณยาย คือ

๑. มุ่งมั่นที่จะเรียนวิชชาธรรมกายอย่างเดียว

๒. ตัดความกังวลใจ ไม่ห่วงทางบ้าน

๓. ยอมสละทุกอย่าง เพื่อให้ได้มาศึกษาวิชชาธรรมกาย

๔. ซื่อตรง ซื่อสัตย์

๕. ขยัน ทำงานสารพัด อดทน

๖. รักความสะอาด ความมีระเบียบวินัย

ดังนั้นหากน้องเณรรักที่จะศึกษาวิชชาธรรมกายก็ต้องฝึกฝนอบรมตนเองให้ได้อย่างคุณยาย คุณธรรมเบื้องต้น "ความเคารพ วินัย อดทน" ต้องฝึกให้มาก อย่าเป็นคนแข็งกระด้าง ให้เป็นคนว่าง่าย เตือนตัวเอง สอนตัวเองได้ เราต้องเป็นตัวของตัวเอง เราต้องอยู่ได้ด้วยตัวเอง ต้องเป็นกัลยาณมิตรให้กับตัวเอง **คนที่ควรให้กำลังใจมากที่สุดคือ "ตัวของเราเอง"**

เราต้องเลือกสิ่งที่ดีที่สุดให้แก่ชีวิตของเรา สิ่งใดที่ยังไม่ดีพอ อย่าเพิ่งไปหลงใหล เลือกไปจนกว่าจะพบสิ่งที่ดีที่สุด บัดนี้น้องเณรโชคดีที่สุดที่ได้มาพบกับวิชชาธรรมกาย ซึ่งเป็นสิ่งที่ดีที่สุด นับว่าเป็นบุญลาภอันประเสริฐ น้องเณรมีบุญมากจริงๆ มาทาง ลัด แล้วยังได้มาพบสิ่งที่เลิศที่สุด

เมื่อน้องเณรมาพบวิชชาธรรมกายแล้วจงอย่าดิ้นรนแสวงหาอย่างอื่นอีกต่อไปเลย เสียเวลาเปล่า ทุ่มตัวเข้าศึกษา เอาชีวิตเป็นเดิมพันกันเลย พี่เณรก็เช่นกัน จะตั้งใจศึกษาเอาให้ได้

มุ่งเป้าหมายสูงสุดคือ **"ไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม"**

เราจะไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรมพร้อมๆ กัน เราจะเคียงบ่าเคียงไหล่ในการสร้างบารมีกันไปอย่างพร้อมหน้า หนทางสายนี้จะไม่มีใครล้ำหน้าหรือล้าหลัง ทั้งทีมต้องเท่าเทียมกันทั้งทีม มุ่งหยุดในหยุดๆ หยุดกันทั้งทีมเพื่อไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม...

ก้าวเถิดพวกเราร่วมก้าว
สืบสาวก้าวเท้ามิหวั่น
ทุกข์ท้นโถมมาฝ่าฟัน
ใจนั้นหยุดนิ่งดิ่งกลาง

มาเถิดพวกเรามุ่งมั่น
ร่วมฝันทุกคนเคียงข้าง
หากใครอ่อนแอกลางทาง
ไม่วางเติมหวังพลังใจ

หยุดเถิดร่วมกันใจหยุด
รีบรุดอุดมการณ์สานใฝ่
ช่วยพ่อปราบมารบรรลัย
มุ่งไปที่สุดแห่งธรรม



๗
วัยหัวเลี้ยว

เมื่อจะคิด คิดให้ดี ดีที่สุด
คิดตอนหยุด สุดจะดี มีกุศล
คิดในกลาง ความสำเร็จ จักบันดล
คิดแยบยล คิดหลุดพ้น มนต์แห่งมาร...

สวัสดีน้องเณรที่คิดถึง

ฉบับนี้ถือเป็นพิเศษสำหรับน้องเณรผู้กำลังก้าวเข้าสู่วัยรุ่น ที่พี่เณรอยากจะเล่าให้ฟัง เพราะเป็นวัยที่มีความสำคัญมาก พี่เณรได้เขียนโดยกลั่นออกมาจากใจ ซึ่งเป็นประสบการณ์ที่พี่เณรได้ประสบมาด้วยตนเอง

พี่เณรได้ทราบข่าวจากน้องเณรว่า ขณะนี้น้องเณรหลายรูปซึ่งมีอายุย่างเข้าสู่วัยรุ่น กำลังมีความคิดที่อยากจะออกไปศึกษาทางโลกบ้าง คิดถึงโยมพ่อโยมแม่ อยากจะกลับไปดูแลท่านบ้าง ซึ่งก็เป็นความคิดที่ดี แต่นั่นยังไม่ใช่ความคิดที่ดีที่สุด

บัณฑิตย่อมคิด พูด ทำ ในสิ่งที่ดีที่สุด ไหนๆ เราต้องเสียเวลาคิดทั้งที เราก็ควรจะคิดให้ดีที่สุด แล้วความคิดอย่างไหนที่ถือว่าดีที่สุด เรามาคุยกันเลยดีกว่า คนทั่วไปในทางโลก เมื่ออายุย่างเข้าสู่วัยรุ่นแล้วมักจะมีความทะเยอทะยานอยากรู้อยากเห็นในสิ่งต่างๆ น้องเณรคงเคยเห็นวัยรุ่นจำนวนไม่น้อย ชอบแสดงกิริยาอาการแปลกๆ เพื่อร้องเรียกความสนใจ ทำตัวให้เป็นจุดเด่น เป็นเป้าสายตาของคนอื่น หรือให้เป็นที่ยอมรับของสังคม โดยแยกไม่ออกว่าอะไรดีชั่ว อะไรควรไม่ควร เพราะวินิจฉัยของเขายังไม่สมบูรณ์

ถ้าผ่านไปตามท้องถนน หรือตามห้างสรรพสินค้าต่างๆ ก็จะเห็นวัยรุ่นบางกลุ่มจับกลุ่มกันเต้นเบรคแด้นซ์ บางพวกแต่งเป็นพวกพั้ง ใส่ตุ้มหู กำไล ไว้ผมทรงประหลาด บางพวกนุ่งห่มปอนๆ กางเกงยีนส์ปะ เสื้อผ้าขาดรุ่งริ่ง นี่ก็เป็นแฟชั่นอย่างหนึ่งของเขา

ในวัยนี้นี่แหละที่เขาเรียกว่าวัยหัวเลี้ยวหัวต่อ คำว่า "หัวเลี้ยวหัวต่อ" **"หัวเลี้ยว"** นั้นก็คือเป็นการเปรียบเทียบถึงการเดินทาง น้องเณรคงเคยเห็นทางโค้งหรือทางสี่แยก เมื่อเราเดินก็ตามหรือขึ้นรถก็ตาม พอเข้าทางโค้งหรือทางแยกรถไป

อีกแห่งหนึ่ง ตามหัวโค้งหรือหัวเลี้ยวนั่นแหละมักจะเกิดอุบัติเหตุบ่อยๆ จึงต้องระมัดระวังตรงนี้ให้มาก

ส่วนคำว่า **"หัวต่อนั้น"** ถ้าเราเคยเห็นเขานำเอาของที่หักแล้วมาต่อกันใหม่ ตรงหัวต่อนั่นแหละจะเป็นจุดอ่อนที่ไม่มั่นคงแข็งแรงเหมือนเดิม มักจะหลุดหักบ่อยๆ เช่นกัน คนเราเมื่อย่างเข้าสู่วัยรุ่นก็จัดว่าย่างเข้าสู่วัยหัวเลี้ยวหัวต่อ ถ้าหากตัดสินใจผิดพลาดพลาดไปนิดเดียวก็สามารถหลุดออกจากเส้นทางแห่งความดีได้ ซึ่งจะทำให้เขาพลาดไปตลอดชีวิตเลย

ชีวิตวัยรุ่นเป็นวัยแห่งความรัก เป็นวัยสดชื่น วัยหวานเหมือนดอกไม้ที่กำลังเบ่งบาน ถ้าหากใครมีความรักในวัยเรียนก็อาจจะเรียนไม่จบ น่าเป็นห่วงมาก เนื่องจากเป็นรักครั้งแรกยังรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ถ้าหากไปรักใครสักคน ก็จะทุ่มเทจนหมดหัวใจ ถ้าสมหวังก็แล้วไป แต่ถ้าผิดหวังก็อาจจะตัดสินใจผิดๆ ถึงกับคิดฆ่าตัวตายก็ได้ น้องเณรก็คงจะได้รู้ข่าว เห็นตัวอย่างบ่อยๆ จะเห็นได้ว่าวัยนี้เป็นวัยอันตรายจริง เป็นวัยที่น่าเป็นห่วงต้องได้รับการประคับประคองอย่างใกล้ชิด

เป็นธรรมดาของวัยรุ่นที่ชอบจินตนาการไปไม่มีที่สิ้นสุด หรือที่เราเคยได้ยินคำว่า **"ฝันหวาน"** เมื่อเราอายุยังน้อยก็คิดถึงเรื่องไม่กี่เรื่อง เพราะส่วนมากจะทำตามคำสอนของพ่อแม่ครูบาอาจารย์ หรือเมื่อเราบวชเป็นสามเณรใหม่ ก็จะทำตามคำแนะนำของพระพี่เลี้ยง แต่พออายุเราย่างเข้าสู่วัยนี้แล้วเริ่มจะมีความคิดเป็นของตัวเอง เริ่มจะคิดถึงเรื่องอนาคตเป็น

ส่วนมากอยากจะทำสิ่งโน้นสิ่งนี้ อยากจะเป็นโน่นเป็นนี่ ถ้าใครมาขัดขวางความคิดก็รู้สึกไม่ชอบใจ ไม่พอใจขัดเคือง เพราะอยากจะทำอะไรตามใจตัวเองซึ่งส่วนมากอารมณ์มักจะมาก่อนเหตุผล หลายๆ ครั้งก็จะไปทดลองทำอะไรที่ผิดพลาดอยู่เสมอๆ

สมัยที่พี่เณรยังเป็นสามเณรน้อยอยู่ พี่เณรได้เรียนนักธรรมตรี ได้พบหัวข้อธรรมะบทหนึ่งว่า **"ธรรมารมณ์"** ตอนนั้นพี่เณรก็ยังไม่เข้าใจ วันหนึ่งเห็นหลวงตาท่านรดน้ำต้นไม้ เข้าไปถามท่านว่า *หลวงตาครับ คำว่า ธรรมารมณ์นั้น หมายถึงอะไร*

หลวงตาท่านหันมายิ้มให้พลางพูดด้วยความเอ็นดูว่า "เณรโตขึ้นก็จะรู้เอง" พี่เณรก็รู้สึกงงๆ พอโตขึ้นจึงเริ่มเข้าใจคำว่าธรรมารมณ์นั่นก็คืออารมณ์ที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติในใจของเราซึ่งแผ่ซ่านไปในอารมณ์ต่างๆ ทั้งที่ชอบใจและไม่ชอบใจ ในวันหนึ่งๆ อารมณ์ต่างๆ จะเข้ามาในใจของเรามากมายเหลือเกิน ถ้าเราไม่รู้จักเลือกอารมณ์ที่ดี อารมณ์ที่เป็นกุศล อารมณ์ที่เป็นอกุศลก็จะเข้ามาแทนที่

สิ่งที่สำคัญที่ใจของเราจะไปยึดติดมากที่สุด ก็คือรูปสวยๆ งามๆ อันเกิดจากการได้พบเจอเพศตรงข้าม ในบางครั้งเราเห็นครั้งแรกอาจไม่ชอบใจเท่าไหร่นัก แต่พอได้พบบ่อยๆ เข้า ก็เริ่มมีจิตคิดเชียวว่า แม้ว่าหน้าของเธอจะไม่สวย แต่ลูกนัยน์ตาก็หวานซึ้งดีนะ นี่แหละเขาเรียกว่า **"อุบัติเหตุทางใจ"** พอปิ๊งเข้าแล้วจิตใจก็หวั่นไหว

ดังนั้นน้องเณรต้องตามให้ทันอารมณ์อันน่าใคร่นี้ อย่า

ปล่อยให้เคลิบเคลิ้ม หมั่นฝึกใจของเราให้หยุดให้นิ่ง ต้องสำรวมอินทรีย์ให้ดี

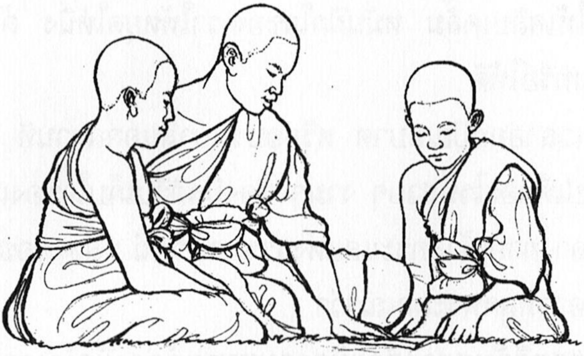
เวลาออกบิณฑบาต หรืออบรมบาลีนอกสถานที่ ถ้าเราเผลอไปเห็นอะไรที่สวยๆ งามๆ ต้องมีสติรีบเก็บใจของเราไว้ที่ศูนย์กลางกายเข้าสู่กระแสแห่ง**ธรรมาภิวัตน์** หลวงพ่อของเราได้ให้โอวาทลูกพระลูกเณรว่า

"สตรีกับสตางค์จะมีความหมายก็ต่อเมื่อใจเราหยาบ ถ้าใจละเอียดอยู่ สิ่งเหล่านี้ไม่มีความหมายอะไร ซึ่งสิ่งเหล่านี้ถ้าเราไม่สนและอดกลั้นก็จะเอาชนะมันได้"

ฉะนั้นน้องเณรต้องเข้มแข็ง หมั่นทำใจให้ละเอียดอ่อน ดูดวงธรรม ดูองค์พระของเราดีกว่า น้องเณรจะได้ไม่เกิด "อุบัติเหตุทางใจ" ไงล่ะ

การที่น้องเณรบางรูปอยากไปใช้ชีวิตเยี่ยงชาวโลก โปรดตรองให้ดีก่อนเถิด เมื่อเราออกไปแล้ว มันมักไม่เป็นอย่างที่เราคิด พี่เณรเคยเห็นเพื่อนบางรูปที่ออกไปแล้ว ชีวิตตกต่ำ ไปเป็นเด็กปั๊ม เป็นเด็กรับจ้างแรงงาน บางคนตกงาน เขากลับมาวัดเขาก็บ่นว่า **"เสียดาย"** ไม่น่าออกไปเลย ออกไปแล้วเหนื่อยแทบตาย ต้องปากกัดตีนถีบ เพื่อการดำรงชีวิตที่แสนอัตคัด เพราะสิ่งที่คิดไว้นั้นไม่เป็นไปตามที่เขา คิดฝันหวานเลยกลายเป็นฝันสลาย

น้องเณรจะเห็นได้ว่า เพียง**"อารมณ์ชั่ววูบ"** ทำให้เราคิดผิดและพลาดไปทั้งชีวิตได้ ทุกอย่างก็เริ่มมาจากความคิดก่อน



เมื่อหักห้ามความคิดไม่ได้ ก็จะออกมาเป็นคำพูด และการกระ-ทำในที่สุด น้องเณรต้องตัดความคิดอย่างนี้ออกจากใจให้หมด เราต้องเอาชนะใจตัวเองให้ได้ พระเดชพระคุณหลวงพ่อท่านหวังดีต่อเรามาก ท่านไม่อยากให้เราออกจากเส้นทางการสร้างบารมีเลยแม้แต่คนเดียว ก็อย่างว่าแหละเพราะ**วินิจฉัยของเราไม่บริบูรณ์ เราจึงตัดสินใจพลาดบ่อยครั้ง** ดังนั้นเราต้องเชื่อฟังหลวงพ่อ หลวงพี่ และพระอาจารย์เอาไว้ก่อน เพราะท่านผ่านชีวิตมามากกว่าเรา ท่านจะรู้ว่าสิ่งไหนถูก สิ่งไหนผิด สิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนควรเว้น หลวงพ่อท่านสอนเราอยู่เสมอว่า

*"การดำเนินชีวิตในทางโลกนั้น ต้องดิ้นรนไขว่คว้าหาเช้ากินค่ำ หาค่ำกินกลางคืน หากลางคืนกินเช้า เลี้ยงปากเลี้ยงท้องแข่งขันกัน มีทั้งคู่แข่งและคู่แค้น มีชั้นเชิงมีเล่ห์เหลี่ยมต่อกัน ถ้าใครตามไม่ทัน ก็จะถูกหลอกลวง ไม่เป็นอิสระเสรีเต็มที่ในการทำความดี **การประพฤติพรหมจรรย์ดำเนินชีวิตในเพศสมณะจึงประเสริฐที่สุด**"*

หลวงพ่อท่านยังบอกอีกว่า *"ประสบการณ์มาก แต่ไม่มีประโยชน์ สู้ประสบการณ์น้อยแต่มีประโยชน์ยิ่งใหญ่ไม่ได้ บางเรื่องเราไม่ต้องลองก็รู้ได้"*

พี่เณรรู้สึกซาบซึ้งในพระคุณหลวงพ่อที่ท่านเมตตา ย่นระยะเวลาในการแสวงหาประสบการณ์ชีวิตเป็นสิบๆ ปี ให้ลูกเณรได้กระจ่างด้วยคำพูดเพียงไม่กี่คำ ผู้ฉลาดในการใช้ชีวิต จึงควรหาประสบการณ์ที่มีประโยชน์ต่อตนและคนรอบข้าง ตักตวงบุญกุศลให้เต็มที่

การที่น้องเณรคิดอยากจะไปเลี้ยงพ่อแม่นั้น ก็เป็นความคิดที่ดี แต่ขอให้น้องเณรพิจารณาให้ลึกซึ้งดูว่า การบวชเป็นสามเณรนี้กับการสึกออกไป อย่างไหนจะตอบแทนบุญคุณของโยมพ่อโยมแม่ได้มากกว่ากัน เพราะน้องเณรคงได้รู้แล้วว่า การตอบแทนบุญคุณของพ่อแม่ให้หมดได้นั้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า

"ถ้าท่านยังไม่มีศรัทธา ก็แนะนำให้ท่านมีศรัทธาในพระรัตนตรัย

ถ้ายังไม่รักษาศีล ก็แนะนำให้ท่านรักษาศีล

ถ้ายังไม่บริจาคทาน ก็แนะนำให้ท่านบริจาคทาน

ถ้ายังไม่ได้เจริญภาวนาก็แนะนำให้ท่านเจริญภาวนาอย่างนี้จึงจะตอบแทนบุญคุณได้หมด"

ถ้าเรายังบวชอยู่ เมื่อไหร่ท่านคิดถึงเรา ท่านก็จะมีโอกาสเดินทางมาวัดมาฟังธรรมะ ทำให้ท่านเกิดศรัทธา ยินดีในการ

รักษาศีล การบริจาคทาน และการเจริญภาวนา ซึ่งถือเป็นการตอบแทนบุญคุณที่สูงสุด สามารถทดแทนพระคุณท่านได้ทั้งชาตินี้และชาติหน้า

แต่ถ้าน้องเณรสึกไป อย่างมากก็คงจะเลี้ยงท่านสุขสบายในชาตินี้เท่านั้น ชาติหน้าไม่มีหลักประกันอะไรที่แน่นอน แถมบางครั้งจะต้องทำบาป เพื่อหาทรัพย์มาเลี้ยงท่าน ซึ่งไม่คุ้มกันเลย ยิ่งถ้าหากพลาดพลั้งไปมีครอบครัว ยิ่งต้องประสบทุกข์หนักเข้าไปอีกเหมือนถูกขังอยู่ในกรง ถ้าหากเป็นพี่เณรๆ ก็จะขออยู่ในเพศสมณะดีกว่า เพราะจะได้บุญทั้งเราและท่าน ชีวิตมีแต่ความสุข

การบวชเข้ามาในบวรพุทธศาสนานั้น ผู้ที่จะสามารถประคับประคองตนเองให้ตลอดรอดฝั่งไม่ใช่เรื่องง่ายเลย เพราะสามเณรส่วนมากต้องออกจากบ้านมาตั้งแต่อายุยังน้อย เข้ามาบวชก็หวังเพื่อฝึกตนเอง ให้เป็นคนดีที่พระพุทธศาสนาต้องการ ถึงแม้หลายคนอาจจะคิดว่า ผู้ที่บวชมาตั้งแต่อายุยังน้อยนั้นคือพวกไม่มีอันจะกินหรืออะไรหลายๆ อย่าง ตามความคิดของแต่ละคน ความจริงแล้วพี่เณรว่าเขาคิดผิดมากทีเดียว **การที่เด็กน้อยตัดสินใจบวชตั้งแต่เยาว์วัย เป็นสิ่งที่ทำได้ยาก ต้องเป็นผู้มีบุญเก่าซึ่งสั่งสมมาอย่างดีแล้วเท่านั้น**

การที่พี่เณรอยู่มาได้ถึง ๑๐ ปี และตั้งใจอยู่ไปตลอดชีวิต เนื่องจากมีเป้าหมายชีวิต ปรารถนาความรู้แจ้งในสัจจธรรม เพื่อไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม ตอนบวชเข้ามาใหม่ๆ พี่เณรเคยได้

ยินว่าหลวงพ่อวัดปากน้ำ ท่านนั่งสมาธิเอาจริงเอาจัง เอาชีวิตเป็นเดิมพัน จนในที่สุดก็สามารถบรรลุธรรมได้

พี่เณรก็ลองนั่งอย่างท่านบ้าง ผลปรากฏก็คือ ตึงกับเครียด เนื่องจากตั้งใจมากเกินไป จึงทำผิดวิธี ทำให้ไม่ได้ผล **ที่จริงแล้ว ธรรมะนั้นต้องสบาย ไม่ตึงและไม่หย่อน** เพียงเอาใจมาไว้ที่ศูนย์กลางกายตลอดทั้งวันทั้งคืน ทำอย่างสบายๆ อย่างต่อเนื่องเท่านั้นเอง **ถ้าวิธีการถูกต้อง จึงจะประสพความสำเร็จ**

พี่เณรเคยค้นคว้าคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาพบว่า การปฏิบัติธรรมให้ได้ผลต้องมี **"โยนิโสมนสิการ"** คือต้องทำอย่างพินิจพิจารณา ทำให้ถูกต้อง ฉะนั้นการปฏิบัติธรรมต้องศึกษาให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ ละเอียดรอบคอบ ถ้าไม่เข้าใจก็ไปถามครูบาอาจารย์ เราก็จะได้ความรู้ที่ถูกต้องสมบูรณ์ ส่วนความรู้ในทางโลกนั้น หาได้ไม่ยากหรอก ถ้าเราอยากตามโลกให้ทัน ก็เข้าไปอ่านหนังสือในห้องสมุดของวัด ซึ่งคัดเลือกหนังสือดีๆ ไว้แล้ว มีหนังสือที่มีประโยชน์เยอะแยะมากมาย

น้องเณรต้องเป็นผู้มีจิตใจเข้มแข็งในการประพฤติพรหมจรรย์ เพราะเรากำลังทวนกระแสกิเลส ถ้าเราไหลไปตามกระแสกิเลสของโลก เราก็จะไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ในเพศสมณะนี้ได้ น้องเณรต้องระวัง **"อย่าให้ผ้าเหลืองร้อน"** นั่นคือ **"อยากสึกนั่นเอง"**

ในเรื่องนี้พี่เณรเคยมีประสบการณ์ เมื่อบวชได้ ๒ ปีผ้าเหลืองร้อน เลยคิดถึงบ้านและอยากมีแฟนด้วย ถึงขนาดบอก

ให้โยมมารับกลับบ้าน พี่เณรเก็บข้าวของเรียบร้อย แล้วก็คิดว่าไหนๆ เราก็จะสึกแล้ว ก่อนสึกน่าจะมีธรรมะออกไปสักหน่อย

พี่เณรก็เลยเข้าไปนั่งสมาธิในห้องพระ วางใจหยุดนิ่งไปเรื่อยๆ ในกลางกาย พอใจหยุด ก็เกิดความสว่างขึ้น จนขนลุกชูชัน ตัวพองไปหมดเลย มีความสุขมาก ร่างกายค่อยๆ ขยายออกไปไม่มีที่สิ้นสุด ตรงกลางนั้น พี่เณรเห็นองค์พระผุดซ้อนขึ้นมาเป็นสาย รู้สึกตื่นเต้นดีใจบอกไม่ถูก ความคิดที่จะลาสิกขาหายเป็นปลิดทิ้งไปเลย

พอในช่วงสาย โยมเอารถมาจอดรอรับอยู่แล้ว พี่เณรก็ตัดสินใจอย่างเด็ดขาดว่าเราจะไม่สึกแล้ว โยมเองก็รู้สึกงง...ว่าทำไมเปลี่ยนใจเร็วจัง แต่โยมก็อนุโมทนาสาธุการด้วย น้องเณรลองคิดดูเถิด ถ้าพี่เณรตัดสินใจพลาดไปในครั้งนั้น พี่เณรคงจะเสียใจมากๆ และพี่เณรคงไม่มีวันนี้...วันที่ได้สร้างบารมีกับหลวงพ่อและหมู่คณะ คงไม่มีโอกาสที่จะเขียนจดหมายถึงน้องเณร คิดไปแล้วก็ยังใจหายอยู่เลย นี่เราเป็นไปได้ขนาดนี้เชียวหรือ เพราะความเป็นวัยรุ่นนั่นเอง วัยรุ่นมีอารมณ์ชั่ววูบนึกอยากจะทำอะไรก็ทำ ดังนั้นจึงควรคิดให้ดีก่อนทำ

ตามที่พี่เณรได้เล่าให้น้องเณรฟังมาแล้วนั้น แม้พี่เณรก็เกือบพลาด แต่สิ่งที่ทำให้พี่เณรรอดมาได้ ก็เพราะ**ธรรมะเท่านั้นแหละที่เป็นที่พึ่งในยามคับขัน ในยามที่เราท้อแท้ ในยามที่เราหมดกำลังใจ** แบตเตอรี่เขายังชาร์จไฟ ใจของเราก็ต้องชาร์จกำลังใจเหมือนกัน ธรรมะเท่านั้นที่เป็นที่พึ่งที่แท้จริงของ

ชีวิต **"ธรรมกายเป็นทั้งหมดของชีวิต"**

เมื่อยามเราจิตใจอ่อนแอ ก็ได้ธรรมะนั่นแหละช่วยเสริมพลังใจเรื่อยมา จนจิตใจเข้มแข็ง พี่เณรจึงได้ปฏิญาณตนกับหลวงพ่อว่า **"จะบวชตลอดชีวิต อุทิศชีวิตแด่พระพุทธศาสนาวิชชาธรรมกาย ช่วยหลวงพ่อขยายวิชชาธรรมกายไปสู่ใจของชาวโลก เพื่อมุ่งไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม"**

การที่พี่เณรอยู่รอดมาได้ถึงวันนี้ ก็เพราะมีหลวงพ่อ พระพี่เลี้ยง และเพื่อนสหธรรมิกเป็นขวัญกำลังใจ และเป็นแบบอย่างในการสร้างความดีให้แก่พี่เณรตลอดมา ดังนั้นผู้เป็นต้นแบบของชีวิตจึงมีความสำคัญต่อตัวเรามาก **ถ้าเราได้ต้นแบบดี ชีวิตเราก็จะดี มีความเจริญรุ่งเรือง** ถ้าได้ต้นแบบที่ไม่ดีชีวิตก็จะก้าวไปสู่ความเสื่อม

ชีวิตของคนเรานั้น เมื่อเกิดมาก็มีความเป็นหนุ่มเป็นสาวช่วงอายุไม่กี่ปีเท่านั้นเอง ไม่นานนักก็จะแก่ชรา ตายกันไปหมด ดังนั้นเราจึงควรที่จะนำเอาพลังหนุ่มของเรามาใช้อย่างคุ้มค่าที่สุด พระเดชพระคุณหลวงพ่อ ท่านได้ให้โอวาทเป็นกำลังใจแก่พี่เณรและเพื่อนสหธรรมิกที่ปฏิบัติธรรมร่วมกัน ตอนหนึ่งว่า

"ให้ลูกๆ นึกถึงคำของหลวงพ่อไว้ให้ดีว่า โลกกำลังรอคอยเราอยู่ เก็บพลังหนุ่มเอาไว้สร้างโลกใหม่ โลกในอุดมคติ โลกแห่งสันติสุข เราจะทันเห็นโลกเปลี่ยนแปลงในยุคของเรา จงเตรียมตัวให้พร้อม ต่อการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นต่อไปในอนาคต

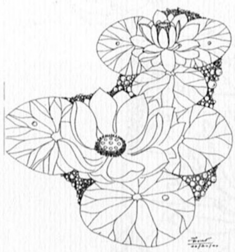
วัยรุ่นเป็นวัยที่มีพลัง เราจะเอาพลังหนุ่มมาสร้างบารมีให้เต็มที่ จนกว่าจะถึงเวลาสุดท้ายของชีวิต วันนั้นเราจะจากโลกไปอย่างผู้ชนะ เราจะมีความปีติ มีความเบิกบานตลอดเวลา

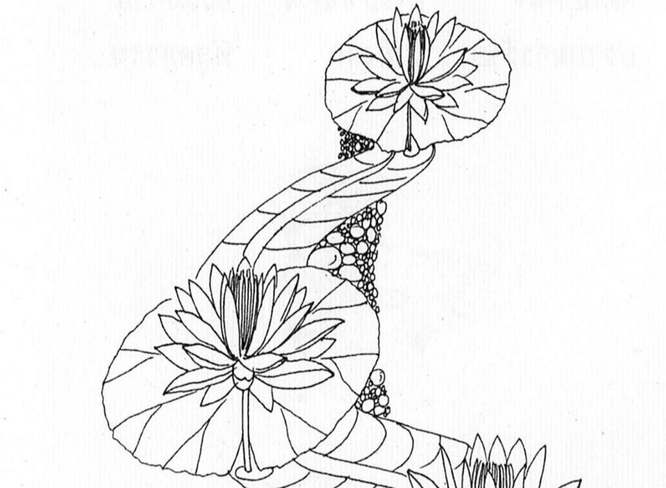
แม้จะอยู่บนเตียงป่วย ก็จะดูไม่เหมือนคนป่วยเลย ป่วยแต่เพียงกาย แต่ใจไม่ป่วย แม้ร่างกายจะขยับเขยื้อนไม่ได้เพราะเวทนากลุ้มรุม แต่ใจของเราจะเต็มเปี่ยมไปด้วยความสุขและรอยยิ้มแย้มแจ่มใสเสมอ จะเป็นผู้ป่วยที่ให้กำลังใจผู้ที่มาเยี่ยมไข้ รวมทั้งหมอและพยาบาลด้วย จะเป็นผู้ป่วยที่สง่าองอาจทีเดียว มัจจุราชจะต้องย่อท้อกับบุคคลผู้ทำความดีมาโดยตลอด

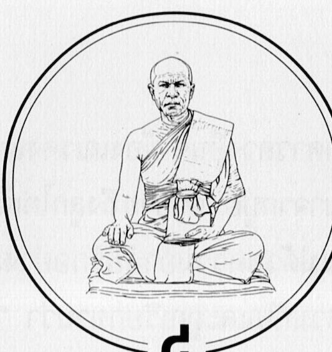
เราจะเปลี่ยนแปลงชีวิตวัยรุ่น ที่วุ่นวายให้กลายมาเป็นชีวิตที่สุขสงบเป็นชีวิตที่สูงค่า ใช้วัยที่เต็มเปี่ยมด้วยพลังกายและพลังใจมาช่วยกันสร้างโลกใหม่ ซึ่งเป็นโลกแห่งสันติสุขที่แท้จริงด้วยการดำเนินชีวิตเยี่ยงพระโพธิสัตว์และนักสร้างบารมีทั้งหลาย โดยมีเป้าหมายเพื่อเข้าถึงพระธรรมกาย และเผยแผ่วิชชาธรรมกายไปทั่วโลก จนกว่าจะถึงที่สุดแห่งธรรม"

สิ่งที่พี่เณรได้เขียนถ่ายทอดมานี้ หวังว่าจะเป็นประโยชน์แก่น้องเณรในการดำรงเพศสมณะ เมื่อใดที่เกิดความท้อแท้ท้อถอย ให้น้องเณรนึกถึงโอวาทของหลวงพ่อ หมั่นเตือนตนเอง แล้วน้องเณรจะสามารถยืนหยัดอยู่บนหนทางแห่งการสร้างบารมีไปได้ตลอดรอดฝั่ง จนกระทั่งถึงที่สุดแห่งธรรม

คิดอะไร　ต้องคิดให้　ดีที่สุด
คิดเรื่องหยุด　ในหยุด　ให้สุดสาย
คิดหยุดนิ่ง　ดิ่งเข้ากลาง　ธรรมกาย
ปราบมารร้าย　ไปถึงจุด　ที่สุดธรรม...







๘

แด่ผู้มีพระคุณ

สวัสดีน้องเณรที่คิดถึง

อาทิตย์ลับขอบฟ้าไปนานแล้วเหลือเพียงสีแดงระเรื่อฉาบทาแผ่นฟ้าฝั่งตะวันตก ไม่นานนักรัตติกาลก็จะโอบคลุมทุกสิ่งทุกอย่างเอาไว้ในอ้อมฟ้า เหลือเพียงเสียงหรีดหริ่งเรไรที่ดังระงมอยู่รอบข้าง และประกายของดวงดาวที่ระยิบระยับอยู่บนฟากฟ้า ค่ำคืนนี้แม้จันทร์เสี้ยวจะยังหลบหน้าอยู่หลังม่านเมฆ แต่ท้องฟ้าก็มิได้อับแสงเสียทีเดียว ยังทอแสงสว่างจากดาวดวงน้อยอีกจำนวนนับไม่ถ้วน

พี่เณรมองเห็นดาวกลุ่มหนึ่งมีด้วยกันทั้งหมดเจ็ดดวง การอยู่รวมกันของดวงดาวกลุ่มนี้ ทำให้

สะดุดตากว่าดาวดวงอื่นๆ น้องเณรคงเคยได้ยินนิทานปรัมปรา ที่เล่าสืบกันมาจากปู่ย่า ตายาย ถึงลูกไก่เจ็ดตัวที่กระโดดเข้ากองไฟตายตามแม่ด้วยความอาลัยรักอย่างสุดซึ้ง จึงไปเกิดเป็นดวงดาวอยู่รวมกันและถูกเรียกขานว่า “ดาวลูกไก่” ประดับไว้บนฟากฟ้าราวกับว่าเป็นการสดุดีวีรกรรมแห่งความรัก อันยิ่งใหญ่ของลูกไก่ทั้ง ๗ ตัว ที่มีต่อแม่ไก่

ในห้วงภวังค์ท่ามกลางราตรีนี้เอง ภาพใบหน้าของบุคคลสองท่านก็พลันผุดขึ้นมาในดวงจิตของพี่เณร...“คุณพ่อ คุณแม่” เสียงจากจิตใต้สำนึกดังขึ้นมาอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ภาพของท่านทั้งสองค่อยๆ กระจ่างชัดเจนขึ้น ทำให้พี่เณรระลึกนึกถึงพระคุณของท่านขึ้นมาอย่างจับจิตจับใจ

น้องเณรที่รัก..นับจากที่พี่เณรได้เข้ามาสู่ร่มผ้ากาสาวพัสตร์ เวลาได้ผ่านล่วงเลยไป ๘ ปีแล้ว เป็น ๘ ปีเต็มในการใช้ชีวิตอยู่ในเพศภาวะของความเป็นสามเณร และก็เป็น ๘ ปีเต็มที่มิเคยได้รับไออุ่นจากอ้อมอกของแม่เยี่ยงเด็กทั่วๆ ไป พี่เณรยังจำได้ในวันสุดท้ายที่ได้มีโอกาสอยู่ใกล้ชิดกับท่าน ก่อนที่จะก้าวเข้ามาเป็นผู้หนึ่งที่อุทิศชีวิตให้แก่ “อาณาจักรแห่งธรรม”

พี่เณรยังจำรอยยิ้มและแววตา ที่เปี่ยมไปด้วยความเอื้ออาทรอาลัยของท่านได้ไม่ลบเลือน...โยมแม่ไม่ได้พูดอะไรออกมานอกจากแววตาที่อาลัยอย่างสุดซึ้งท่านยังคงยืนสงบนิ่งพร้อมกับส่งยิ้ม และมองตามพี่เณรอย่างไม่ละสายตา พี่เณรได้เห็นดวงตาทั้งสองของโยมแม่พลันมีน้ำใสๆ เอ่อล้นออกมาราวกับ

จะบอกให้รู้ว่า *"การจากไปครั้งนี้ลูกจะไม่มีโอกาสกลับมาสู่อ้อมอกของแม่อีกแล้ว"* แม้โยมแม่ไม่ได้พูดอะไร แต่น้ำตาที่พรั่งพรูออกมาอาบแก้มทั้งสองข้างนั้น ก็แทนคำพูดอะไรๆ ได้มากมายเกินกว่าจะเอ่ย

พระคุณของพ่อและแม่นั้นมากมายสุดที่จะพรรณนาพี่เณรคงไม่มีความสามารถพอที่จะเขียนให้หมดลงในเนื้อที่กระดาษเพียงไม่กี่แผ่นนี้ มีนักปราชญ์ได้เปรียบเทียบไว้ว่า

"ถึงแม้นจะเอาภูเขาสิเนรุมาแทนปากกา เอาน้ำในมหาสมุทรทั้งสี่มาแทนน้ำหมึก เอาแผ่นฟ้ามาแทนกระดาษแล้วเขียนพรรณนาพระคุณของพ่อแม่ เขียนไปจนกระทั่งภูเขาสิเนรุสึกหมด น้ำในมหาสมุทรก็แห้งเหือด ถึงแผ่นฟ้ากว้างใหญ่ก็หมดสิ้น ก็ยังไม่อาจที่จะพรรณนาพระคุณของพ่อแม่ได้หมด" เห็นไหมว่าพระคุณของพ่อแม่นั้นมากมายขนาดไหน พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสเปรียบพระคุณของพ่อแม่เอาไว้ว่า

"พ่อและแม่เปรียบเสมือนครูคนแรกของลูก" เพราะตั้งแต่เราลืมตาขึ้นดูโลก ท่านก็ได้พร่ำสอนทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่ว่าจะสอนให้เดิน สอนให้พูด คอยเฝ้าดูอย่างใกล้ชิด ไม่หน่ายหนีประดุจแม่ไก่ฟักไข่รอคอยลูกน้อยกระเทาะเปลือกออกมาดูโลกด้วยใจที่เต็มเปี่ยมด้วยความสุข

"พ่อแม่นั้นเปรียบเสมือนเทวดาของลูก" เพราะท่านเฝ้าฟูมฟักเลี้ยงดูทุกอย่าง ป้อนข้าวป้อนน้ำ เช็ดอุจจาระ ปัสสาวะให้โดยมิได้รังเกียจ และพร้อมที่จะปกป้องลูกน้อย แม้จะแลก

ด้วยชีวิตของท่านเองก็ตาม ดุจบุคคลหวงแหนดวงตาอันเป็นที่รัก และประหนึ่งเทวดาคอยปกปัก คุ้มครอง รักษา ผู้ทำความดี ฉะนั้น

“พ่อแม่นั้นเปรียบเสมือนพรหมของลูก” เพราะใจท่านประกอบไปด้วยพรหมวิหารธรรม คือเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา พ่อแม่นั้นเฝ้าทะนุถนอมเรามาตั้งแต่อยู่ในครรภ์ เลี้ยงเรามาตั้งแต่ยังเล็กๆ ท่านไม่เคยสนใจเลยว่าลูกที่เกิดมานี้ โตขึ้นแล้วจะกตัญญูกตเวทีต่อท่าน หรือจะกลายเป็นลูกอกตัญญู แม้กระทั่งรู้อยู่เต็มอกว่า ลูกที่เกิดมาต้องอกตัญญูฆ่าพ่อ

อย่างเรื่องของพระเจ้าพิมพิสารที่โหรหลวงทำนายว่า เด็กที่อยู่ในครรภ์พระมเหสีนี้โตขึ้นจะปลงพระชนม์พระบิดา หากพระองค์มีพระประสงค์จะให้ฆ่าลูกทิ้งก็ได้ แต่พระองค์กลับทรงห้าม ทั้งยังรับสั่งให้เลี้ยงดูเป็นอย่างดี เมื่อพระเจ้าอชาตศัตรูยังทรงพระเยาว์เกิดเป็นฝีที่นิ้ว พระองค์ก็มิได้ทรงรังเกียจแต่กลับเอาพระโอษฐ์ดูดหัวฝี ดูดหนองออกมาด้วยพระองค์เอง นี่แหละคือความรักของพ่อแม่ ทั้งที่ก็รู้อยู่เต็มอกว่าลูกคนนี้โตขึ้นต้องฆ่าตนเอง แต่ด้วยความรักอันไม่มีประมาณ จึงทำให้พระองค์ไม่ทรงคำนึงถึงสิ่งเหล่านี้เลย

“พ่อแม่ยังเปรียบเสมือนพระอรหันต์ของลูกอีกด้วย” เพราะท่านเป็นผู้มีความบริสุทธิ์ใจต่อเรา ควรที่เราจะทำบุญทำทานด้วย ควรที่เราจะกราบไหว้บูชา ประหนึ่งพระอรหันต์ขีณาสพ ผู้ทรงคุณวิเศษอันยิ่งใหญ่ ฉะนั้น

พระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังทรงอุปมาพระคุณพ่อแม่ไว้อีกว่า *“หากแม้นใครจะพึงนำพ่อมานั่งไว้บนบ่าขวา แม่นั่งบนบ่าซ้าย แล้วปรนนิบัติเลี้ยงดูทุกอย่าง ให้ท่านถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะลงบนบ่าของเรานี่แหละ บำรุงท่านเช่นนี้อยู่สิ้นร้อยปี จนกระทั่งท่านทั้งสองละโลกไป ก็ยังไม่สามารถทดแทนพระคุณท่านได้หมด”*

ถ้าจะถามว่า แล้วจะทำอย่างไรล่ะถึงจะตอบแทนพระคุณอันมหาศาลของพ่อและแม่นี้ได้หมด พี่เณรคิดว่ามีเพียงหนทางเดียวเท่านั้นนั่นคือ “การบวช” เพราะการบวชเป็นชีวิตอันประเสริฐสุด สามารถเปิดทางสวรรค์และพระนิพพานให้แก่ท่านตลอดไป เราได้เป็นกัลยาณมิตรชักชวนให้ท่านเกิดศรัทธา ทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนาได้มากที่สุด ดังที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า...

“ภิกษุทั้งหลาย ก็บุตรใดแลยังมารดาบิดาซึ่งเป็นผู้ไม่มีศรัทธา ให้สมาทานดำรงตั้งอยู่ในความถึงพร้อมด้วยศรัทธา ยังมารดาบิดาซึ่งเป็นผู้ไม่มีศีล ให้สมาทานดำรงตั้งอยู่ในความถึงพร้อมด้วยศีลยังมารดาบิดาซึ่งเป็นผู้ตระหนี่ให้สมาทานดำรงตั้งอยู่ในความถึงพร้อมด้วยการบริจาค ยังมารดาบิดาซึ่งเป็นผู้ไม่มีปัญญา ให้สมาทานดำรงตั้งอยู่ในความถึงพร้อมด้วยปัญญา บุตรนั้นย่อมได้ชื่อว่าตอบแทนพระคุณมารดาบิดาได้หมด”

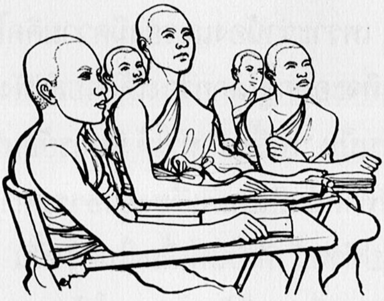
พี่เณรเองยังไม่แน่ใจว่าโยมพ่อโยมแม่ทั้งสองจะเข้าใจในตัวพี่เณรขนาดไหน คนที่ไม่เข้าใจอาจจะคิดว่า “พี่เณรไม่รักท่าน

หรือไร”...จึงทิ้งท่านไปเช่นนี้ ความจริงกลับตรงกันข้าม พี่เณรอยากจะบอกกับท่านทั้งสองว่า

“สุดบูชาของลูก... ด้วยตระหนักถึงพระคุณอันยิ่งใหญ่ เกินกว่าที่จะนำสิ่งใดมาเปรียบได้ และด้วยไม่มีหนทางใดที่พอจะให้ลูกนี้ทดแทนพระคุณอันมหาศาลได้หมดสิ้น นอกเสียจากการบวชแล้ว ลูกจึงตัดสินใจสละชีวิตอันน้อยนิดนี้สละความสนุกสนานเยี่ยงเด็กทั่วไปในทางโลก ปลงผมห่มผ้าเหลือง ด้วยหวังจะมอบบุญกุศลอันไพศาล เพื่อทดแทนค่าน้ำนมและพระคุณของพ่อแม่สุดบูชาของลูก...หากแม้นทำได้ ลูกจะขอกราบแทบเท้าสักพันครั้ง ก็ยังไม่เพียงพอต่อความรักที่ลูกมีต่อพ่อและแม่”

“หากลูกยังเวียนว่ายในวัฏฏสงสารอยู่เคียงข้างพ่อและแม่จวบจนสิ้นชีวี ลูกก็ปรารถนาอยากให้พ่อและแม่ได้รับรู้ว่า ในการจากไปครั้งนี้ มีจิตแน่แน่วจะแสวงหานาวา เพื่อจะกลับมารับผู้ที่ลูกรักดั่งดวงใจ ได้ไปอยู่ในที่เดียวกัน ในวันที่ไม่มีมหานทีใดใด ให้เราต้องเวียนว่ายอีก”

ฉะนั้น การที่น้องเณรมาบวชเป็นสามเณรตั้งแต่ยังเด็กอยู่นี้ ขอให้น้องเณรทราบเถอะว่า นอกจากจะเกิดเป็นบุญกุศลติดตัวเราไปแล้ว พ่อแม่ผู้ให้กำเนิด เมื่อท่านอนุโมทนาก็ย่อมได้รับอานิสงส์จากการบวชของเราไปด้วย เพราะสิ่งนี้คือการตอบแทนพระคุณที่ดีที่สุดแล้ว หากยามไหนที่น้องเณรจะกระทำเรื่องราวใดที่ไม่ถูกไม่ควร ขอให้น้องเณรลองคิดสักนิดเถอะว่า “กระ-ท่อมหลังน้อยโดดเดี่ยวกลางผืนนาอันแห้งแล้ง เปลวแดดร้อน



แรงปานจะทุบผืนนาให้แยกแตกสลาย ยังมีดวงตาอันพร่ามัว เปลี่ยนจากสีดำในวัยหนุ่มสาว มาเป็นสีน้ำข้าวจางๆ ในวัยชรา ของผู้เฒ่าอีกสองคน ซึ่งยังคงมองฝ่าไอระอุของเปลวแดดไปเบื้องหน้า ด้วยความหวังว่าจะได้เห็นผ้าเหลืองของสามเณรลูกชายโบกสะบัดมาดับความร้อน ให้กับผืนนาในหัวใจอันแตกระแหงนี้ และมอบความชุ่มเย็นจากธรรมะไว้เป็นที่พึ่งแก่ท่านทั้งสองในยามหลับตาลาโลก

ผู้ที่มีพระคุณต่อเรานอกจากโยมพ่อโยมแม่ผู้ให้กำเนิดแล้ว บุคคลที่เราไม่อาจจะมองผ่านได้ทั้งยังไม่อาจจะลืมเลือนได้เช่นกัน นั่นคือ **"พระพี่เลี้ยง"** คำๆ นี้รวมความหมายอันสูงค่าหลายๆ อย่างไว้ในตัว **ต้นกล้าหากไม่มีไม้ค้ำหลักปักเอาไว้ ย่อมถูกโค่นล้มโดยง่ายดายและตายในที่สุด** เนื่องเพราะยังเป็นต้นอ่อนเกินกว่าที่จะเผชิญกับพายุร้ายโหมกระหน่ำ จึงมิอาจยืนหยัดอยู่ด้วยลำต้นของมันเอง หากจะเปรียบกับน้องเณรก็คงเป็นเช่นดั่งต้นกล้า หากไม่มีพระพี่เลี้ยงคอยประคับประคอง แนะนำพร่ำสอน ก็มีโอกาสที่จะหลุดออกจากเส้นทางการสร้างบารมีได้

อย่างง่ายดาย เพราะว่าน้องเณรยังมีความคิดไม่สมบูรณ์และยังอ่อนเกินกว่าที่จะออกสู่โลกกว้างได้ด้วยลำพังตัวเอง

พูดถึงการเป็น “พี่เลี้ยง” ทำให้ พี่เณรย้อนนึกถึงสมัยหนึ่งที่ได้มีโอกาสไปทำหน้าที่เป็นพี่เลี้ยงยุวธรรมทายาทในวัดของเรานี่เอง การไปทำหน้าที่เป็นพี่เลี้ยงในครั้งนั้น ต้องถือว่าเป็นครั้งแรกในชีวิตของพี่เณรที่ต้องไปดูแลให้การอบรมสั่งสอนคนเป็นจำนวนมากๆ ซึ่งล้วนแต่เป็นเด็กทั้งนั้นเลย

การอบรมในครั้งนั้น พี่เณรได้ตั้งใจทำหน้าที่พี่เลี้ยงอย่างเต็มที่ รู้สึกปีติและภูมิใจในตัวเองเป็นอย่างมาก การทำหน้าที่นี้ทำให้พี่เณรรู้สึกว่าเราเป็นผู้ใหญ่ขึ้น และเกิดความเชื่อมั่นในตัวเองมากขึ้น

พี่เณรได้พยายามทำหน้าที่ให้ดีที่สุด แต่ก็พลาดไปในบางเรื่อง เนื่องจากยังใหม่ต่อการที่จะต้องมาทำหน้าที่ตรงจุดนี้อย่างเช่นยุวฯ บางคนฝ่าฝืน กฎระเบียบ เตือนเท่าไหร่ก็ไม่ฟัง ทำให้พี่เณรต้องฝืนใจจับไม้เรียว ทั้งๆ ที่จริงก็ไม่อยากจะใช้มัน (แต่ตลอดระยะเวลาของการอบรม พี่เณรได้จับไม้ตีเด็กไปเพียงสองครั้งเท่านั้น) ต่อมาหลวงพ่อทัตตชีโวท่านก็ให้คำแนะนำในการอบรมแก่พวกเรา และท่านได้ให้นโยบายเอาไว้ว่า “ห้ามตี” เพราะการสอนเด็กด้วยการตี คือการสอนให้เด็กใช้ความรุนแรง เด็กคนไหนที่เติบโตมาคู่กับไม้เรียว เมื่อเขาประสพกับเรื่องอะไรที่ตกลงกันไม่ได้ ก็จะใช้วิธีการรุนแรงเข้าตัดสิน

หลังจากสิ้นสุดการอบรมแล้ว ทำให้พี่เณรได้ข้อคิดอะไร

หลายอย่าง สิ่งหนึ่งที่พี่เณรได้ข้อคิดก็คือ **การฝึกผู้อื่นเราต้องฝึกตัวเองให้ดีพร้อมที่จะเป็นแบบอย่างได้** อย่างเรื่องง่ายๆ เช่น การถอดรองเท้าให้เป็นระเบียบ การพับจีวร พับผ้าห่มเครื่องนอนให้เป็นระเบียบ การรักษาความสะอาดต่างๆ เหล่านี้ เราต้องฝึกตัวเองให้ดีก่อน พี่เณรโชคดีที่พระพี่เลี้ยงได้ฝึกอบรมหล่อหลอม และถูกจ้ำจี้จ้ำไชเป็นประจำ จนสิ่งเหล่านี้ได้ซึมซับเป็นนิสัย ไม่ว่าจะไปที่ไหน ถึงไม่มีที่วางรองเท้า เวลาถอดรองเท้าพวกเราก็ยังถอดกันเป็นแถวเป็นแนว แม้การพับจีวรหลังใช้แล้ว หรือการพับผ้าห่ม เครื่องนอน หลังตื่นจำวัด เราทำกันจนเคยชินเป็นปกติ สมัยก่อนถึงกับมีการประกวดกันทีเดียวว่า กุฏิไหนพับผ้าได้สวยที่สุด

เมื่อพี่เณรมาเป็นพี่เลี้ยงยุวฯ ก็นำสิ่งเหล่านี้มาฝึกเขา แล้วพี่เณรก็ได้ประจักษ์กับตัวเองว่า การจะฝึกใครสักคนให้เป็นผู้มีความรู้คู่คุณธรรมนั้นมิใช่เรื่องง่ายโดยเฉพาะผู้ที่เราจะฝึกนั้นยังอยู่ในวัยเด็กด้วย ยิ่งต้องอาศัยความอดทน ความทุ่มเทและเสียสละอย่างมาก เพราะต้องคอยจ้ำจี้จ้ำไช พูดแล้วก็ต้องพูดอีก ก่อนจำวัดต้องเดินไปตรวจตามกลด ดูว่าใครไม่ห่มผ้าห่ม หรือห่มผ้าห่มแล้ว แต่นอนดิ้นผ้าห่มหลุด ก็ต้องไปห่มผ้าให้ใหม่

บางครั้งพี่เณรกำลังจำวัดอยู่ด้วยความอ่อนเพลียแต่ก็ต้องตื่นขึ้นมากลางดึก เมื่อมียุวฯ มาปลุกให้ไปเป็นเพื่อนเข้าห้องน้ำ เพราะกลัวผีไม่กล้าไปห้องน้ำคนเดียว *สิ่งต่างๆ เหล่านี้ทำให้พี่เณรคิดถึงพระพี่เลี้ยงขึ้นมาอย่างจับใจและทำให้เข้าใจในหัวอก*

ของความเป็นพี่เลี้ยงอย่างแท้จริง ซาบซึ้งในพระคุณท่านที่ได้เสียสละทั้งแรงกายแรงใจและกำลังสติปัญญา ทุ่มเทให้กับพวกพี่เณรอย่างไม่เห็นแก่ความเหน็ดเหนื่อย ท่านคอยตักเตือนในทุกเรื่องด้วยความปรารถนาดีอยู่เสมอ

แม้ท่านเองจะไม่ใช่ญาติพี่น้องแท้ๆ ของเรา แต่ท่านกลับเป็นยิ่งกว่าญาติพี่น้องจริงๆ เสียอีก พระพี่เลี้ยงทุกรูปท่านเข้ามาบวชก็ด้วยมุ่งหวังจะสร้างบารมีกัน เมื่อได้รับมอบหมายจากหมู่คณะให้มาฝึกบุคลากรของพระศาสนาให้เป็นคนดีมีความรู้คู่คุณธรรม ท่านก็เข้ามารับภาระนี้ด้วยความเต็มใจ พระพี่เลี้ยงรูปหนึ่งเคยกล่าวความในใจไว้ว่า *"แม้แต่น้องแท้ๆ ของหลวงพี่เอง ก็ยังไม่เคยให้เวลากับเขาขนาดนี้เลย"*

หลังจากการทำหน้าที่พี่เลี้ยงในครั้งนั้นพี่เณรได้มาสำรวจตัวเองก็พบว่า "ได้รู้จักตัวเองดีขึ้น" คือได้เห็นทั้งข้อดีและข้อบกพร่องของตัวเอง

ข้อดีคือพี่เณรได้มีโอกาสพัฒนาคุณธรรมทั้งภายในและภายนอกเพิ่มขึ้น และได้ฝึกตัวให้เป็นผู้ที่สมบูรณ์มากขึ้น ซึ่งพี่เณรรู้สึกภูมิใจและดีใจเป็นที่สุดที่ได้มาบวชเป็นสามเณรวัดพระธรรมกาย เพราะทำให้พี่เณรได้ฝึกตัวในทุกรูปแบบ เราได้ปฏิบัติกันจริงๆ ไม่ใช่เป็นเพียงแค่ทฤษฎีเท่านั้น

เดี๋ยวนี้พี่เณรเป็นคนหนึ่งที่รักในการฝึกฝนอบรมตัวเอง บางครั้งสิ่งที่เราฝึกในวันนี้ อาจจะขัดกับใจของเรา แต่ขอให้น้องเณรตั้งใจฝึกไปเถอะ มันจะเป็นผลดีต่อไปในอนาคตอย่าง

มหาศาลทีเดียว

สำหรับข้อบกพร่องที่พี่เณรพบคือ ที่พี่เณรได้ทำพลาดไป เพราะขาดความรอบคอบ และบางครั้งก็แสดงอารมณ์ขุ่นมัว ต่อหน้าเด็กๆ นึกแล้วก็รู้สึกเสียใจในภายหลังว่า "เราไม่น่าทำอย่างนั้นเลย"

เมื่อพี่คิดถึงตรงนี้ พี่เณรอยากจะไปกราบเท้าขอขมาพระพี่เลี้ยงทุกรูปเลย ซึ่งบางครั้งพี่เณรก็เคยดื้อกับท่านบ้าง เพราะฉะนั้นสิ่งใดที่เราทำไปแล้ว หากระลึกในภายหลังแล้วไม่สบายใจ แหนงใจตัวเอง ติเตียนตนเองได้ สิ่งนั้นอย่าทำเลยดีกว่า มันได้ไม่คุ้มเสียหรอก บางครั้งสิ่งนั้นอาจเป็นแค่เพียง ความสนุกสนานชั่วครู่ แต่ผลเสียที่จะได้รับนั้นมีมากมายไม่คุ้มกันเลย หากหลวงพี่สอนหรือทำอะไรไม่ถูกใจเรา **ขอให้น้องเณรดูที่ความปรารถนาดีและความจริงใจที่ท่านมีต่อเรา อย่าได้ไปเพ่งโทษท่าน แล้วน้องเณรจะสามารถฝึกตัว และถ่ายทอดคุณธรรมต่างๆ จากท่านได้อย่างเต็มที่ทีเดียว**

ผู้มีพระคุณอีกสามท่านที่พี่เณรรักเคารพและบูชาอย่างยิ่ง ซึ่งพี่เณรอยากจะกล่าวถึงเป็นที่สุดนั้นคือพระเดชพระคุณหลวง-พ่อธัมมชโย หลวงพ่อทัตตชีโว และคุณยายอาจารย์อุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง ในความรู้สึกจากส่วนลึกของจิตใจแล้ว พี่เณรรู้สึกว่าบุคคลทั้งสามท่านนี้มีพระคุณยิ่งกว่าโยมพ่อ-โยมแม่เสียอีก เพราะท่านเป็นผู้เปิดหนทางสวรรค์นิพพานให้กับพี่เณรทำให้ชีวิตพี่เณรดำเนินอยู่บนหนทางที่ถูกต้องดีงาม เป็นการยากที่จะ

สามารถหาคำพูดใดๆ ในโลกมาพรรณนาถึงพระคุณอันยิ่งใหญ่ของบุคคลทั้งสามท่านนี้ เพราะท่านคือ "ทั้งหมดในชีวิตของพี่เณร"

น้องรัก...หากเปรียบพระพี่เลี้ยงเป็นประดุจไม้ค้ำหลักปักต้นกล้า เฝ้ารักษามิให้พายุร้ายมาทำลายได้ หลวงพ่อทั้งสองและคุณยายก็เปรียบเสมือนดวงตะวันที่ทอแสง และให้ไออุ่นในยามเช้าแก่ผืนปฐพีอันอุดมกว้างใหญ่ไพศาล เพื่อหล่อเลี้ยงต้นกล้าให้เติบโต ผ่านกาลนานวันจนเป็นไม้ใหญ่ ให้ร่มเย็นเป็นที่พึ่งแก่สรรพสัตว์ทั้งหลายในแหล่งหล้า

หากมีคนผู้หนึ่งลอยคออยู่ท่ามกลางทะเลอันกว้างใหญ่เวิ้งว้าง จนเห็นแผ่นฟ้าตัดกับแผ่นน้ำบรรจบพบกันเป็นเส้นตรง คนผู้นั้นย่อมไขว่คว้าหาที่พึ่ง แม้นมีฟางสักเส้นหนึ่งลอยผ่านมา เขาก็คงต้องคว้ามาไว้ในกำมือ ถ้าหากมีใครยื่นมือเข้ามาช่วยเหลือเขา โอบอุ้มเขาผู้ซึ่งใกล้จะสิ้นหวังขึ้นมาจากท้องทะเล สู่ฝั่งอันปลอดภัยได้ เขาย่อมเคารพนับถือบูชาผู้นั้นยิ่งกว่าเทพเจ้าหรือผู้วิเศษใดๆ แม้กระทั่งชีวิตของเขาก็สามารถสละให้ได้ เพื่อเป็นการตอบแทนพระคุณของบุคคลนั้น

น้องรัก...สิ่งที่หลวงพ่อทั้งสองและคุณยายให้กับเรานั้นมีความหมายยิ่งกว่าผู้ที่ช่วยเราไม่ให้จมน้ำตายเสียอีก ไม่ทราบว่าต่างกันกี่ร้อยเท่าพันทวี เพราะไม่เพียงแต่ท่านจะช่วยไม่ให้จมน้ำตาย แต่ท่านยังช่วยให้เราหลุดพ้นจากการจมลงในอบายทั้ง ๔ ได้ เพียงแค่ท่านบอกให้เราทราบว่า เป้าหมายของชีวิตคือ

"เราเกิดมาสร้างบารมี" และ **"ธรรมกาย คือ เป้าหมายชีวิต"** เพียงแค่นี้ แม้เราจะเกิดแล้วตายอีกสักร้อยครั้งพันครั้งก็ไม่อาจจะทดแทนพระคุณของท่านได้หมดสิ้น

พ่อแม่ให้กำเนิดกายเนื้อ แต่หลวงพ่อให้กำเนิดกายธรรม ซึ่งมีค่าสูงล้ำยิ่งกว่าสิ่งใดๆ ในโลก พ่อแม่เลี้ยงดูเราอย่างมากที่สุดก็แค่ให้เรามีเงินใช้ได้อย่างสะดวกสบายไปชาติหนึ่ง ท่าน ให้ได้เพียงแค่โลกียทรัพย์ แต่ไม่สามารถให้อริยทรัพย์แก่เรา ท่านให้เราได้แต่มนุษย์สมบัติ แต่ไม่สามารถให้สวรรค์สมบัติ และนิพพานสมบัติแก่เราได้ แต่หลวงพ่อทั้งสองของเราและคุณยายสามารถให้ในสิ่งที่พ่อแม่ให้ไม่ได้ ท่านได้ให้วิธีการที่จะทำให้เราได้บรรลุวัตถุประสงค์ของชีวิต ทั้งยังคอยตอกย้ำ พร่ำสอนและสนับสนุนพวกเราทุกวิถีทาง เพื่อจะให้เราทุกๆ คนไปถึงที่สุดแห่งธรรม ฝั่งแห่งความสำเร็จสมปรารถนาโดยพร้อมหน้ากัน

บุคคลเยี่ยงหลวงพ่อทั้งสองและคุณยายเป็นบุคคลที่หาได้ยากในโลก แม้จะมีท่านผู้วิเศษตรวจตราด้วยทิพยเนตรไปทั่วหมื่นโลกธาตุ ตลอดแสนโกฏิจักรวาล อนันตจักรวาล ก็ไม่แน่ว่าจะมีบุคคลเช่นท่านทั้งสามอีกหรือไม่ ผู้มีพระคุณต่อเรายังมีอีกมากมายหลายท่านนักขอให้น้องเณรระลึกนึกถึงพระคุณของท่านเหล่านั้นเสมอ เพราะ**ธรรมดาของบัณฑิตต้องมีความกตัญญูกตเวที**

ท้ายนี้พี่เณรอยากจะขอฝากไว้ว่า *"ขอให้น้องเณรจงเป็น*

ผู้รู้อุปการคุณของผู้อื่นแม้เพียงเล็กน้อย และหาโอกาสตอบแทนพระคุณของท่านอยู่เสมอ ขอให้น้องเณรตั้งใจนั่งสมาธิ ให้เข้าถึงพระรัตนตรัยภายใน ตั้งใจฝึกฝนตนเอง และสร้างบารมีให้เต็มที่ เพื่อมหากุศลผลบุญอันยิ่งใหญ่จะพึงบังเกิดขึ้นแก่ตัวของเราเองและแด่ผู้มีพระคุณทุกๆ ท่าน”

พ่อแม่รักลูกเท่าใดไม่อาจคิด
แม้ชีวิตสละได้ใช่ไหมหนอ
ลูกขอบวชทดแทนคุณให้เพียงพอ
หวังให้พ่อและแม่สู่กระแสธรรม

บวชครั้งนี้มีเป้าหมายไปให้สุด
มุ่งใจหยุดสุดแห่งธรรมอันเลิศล้ำ
ทำวิชชากับหลวงพ่อก่อกายธรรม
ปราบฝ่ายดำกำจัดมารให้บรรลัย





๙
คุณค่าแห่งกาลเวลา

กาลเวลากลืนกินสรรพสัตว์
กาลเวลากัดกร่อนสรรพสิ่ง
กาลเวลาล่วงเลยเผยความจริง
กาลเวลาทอดทิ้งคนลืมกาล

สวัสดีน้องเณรที่คิดถึง

ฤดูกาลเข้าพรรษากำลังผ่านผันกาลเวลากำลังแปรเปลี่ยนไป อะไรๆ ก็เปลี่ยนแปลง ชีวิตไม่มีการหยุดนิ่ง...ยังคงวิ่งวุ่นตามวัฏจักรแห่งกาลเวลาเหมือนโลกที่ไม่มีวันหยุดหมุน ตราบใดที่ยังมีลมหายใจอยู่มนุษย์ก็ยังคงดิ้นรนกันต่อไปไม่รู้จบสิ้น จนกว่าตัณ-

หา ความทะยานอยากจะหมดสิ้นไปในที่สุด

วันวาน วันนี้ วันพรุ่ง และวันต่อๆ ไป ดวงอาทิตย์ดวงเดิมก็ยังคงส่องแสงอย่างไม่รู้จักเบื่อหน่าย ยังคอยให้ความสว่างแก่สรรพชีวิต ให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างอบอุ่น เช้า...สาย...บ่าย...ค่ำ จากวันเป็นอาทิตย์...เป็นเดือน...เป็นปี...เป็นศตวรรษ ทุกสิ่งทุกอย่างยังคงหมุนเวียนเปลี่ยนไป ไม่มีอะไรเที่ยงแท้แน่นอน

เริ่มต้นเช้าวันใหม่ด้วยสายฝนพรำ...พี่เณรอยู่เชียงใหม่ ฝนตกเกือบทุกวันเลยล่ะ ทำให้บรรยากาศบนยอดเขาสูง แสนจะชุ่มฉ่ำเย็นสบาย หันมองไปรอบตัวจะเห็นป่าไม้เขียวขจี ป่าสนที่ขึ้นกันแน่นขนัดกำลังแตกยอดอ่อน แย่งกันรับแสงอรุณในยามเช้า ให้ความรู้สึกที่สดชื่นเบิกบานอุรา คำว่า "สดชื่นเหมือนยืนอยู่บนเนินเขา" เห็นจะจริงเหมือนกันนะ พี่เณรได้สัมผัสชีวิตท่ามกลางธรรมชาติป่าเขาลำเนาไพร รู้สึกว่าชีวิตนี้ช่างมีความสุขเสียจริง

เช้ามืดกับความสดชื่นของทุกๆ วัน...พี่เณรและเพื่อนๆ ตื่นขึ้นมาสวดมนต์ทำวัตรเช้าตอนตีสี่ครึ่ง ต้องเดินฝ่าเมฆหมอกไปยังห้องปฏิบัติธรรม ซึ่งห่างจากกุฏิที่พักไปประมาณ ๙๐ เมตร ละอองหมอกที่ปลิวมาปะทะประพรมร่างกายให้ความรู้สึกแปลกใหม่ ราวกับว่ากำลังเดินอยู่บนทะเลหมอกอย่างนั้นแหละ

นั่งธรรมะ สวดมนต์ อธิษฐานจิตเสร็จประมาณหกโมงสิบห้า บูชาพระแล้วจึงเดินออกจากห้องปฏิบัติธรรม มองไปรอบๆ

ดอย จะเห็นทิวเขาสลับซับซ้อน มีเมฆหมอกปกคลุมไปทั่ว เป็นภาพวิวที่สวยงามมาก เหมือนภาพวาดลายพู่กันจีนที่แขวนตามฝาผนัง

หมู่เมฆได้ล่องลอยผ่านไปตามกระแสลมที่พัดพา พอจะทำให้มองเห็นว่า สรรพสิ่งมีการเคลื่อนไหวอย่างมีชีวิตชีวา ต้นไม้ใบหญ้าไหวปลิว หมู่นกนานาชนิดออกหากินดั่งเช่นเคย ตะวันเริ่มโผล่พ้นขอบฟ้าด้านหลังเขาฝั่งตะวันออกสาดส่องเป็นลำแสงทะลุลอดกลีบเมฆ มากระทบหยาดน้ำค้างบนยอดเกสรกุหลาบสีแดงที่กำลังขยายกลีบเบ่งบานในสวนกุหลาบอันรื่นรมย์หน้ากุฏิชื่นชมได้มินาน หยดน้ำใสๆ เล็กๆ ก็พลันเหือดแห้งหายไป

"ชีวิตเปรียบเหมือนหยาดน้ำค้างบนปลายยอดหญ้า"

เรามีเวลาเพียงน้อยนิดสำหรับดำรงชีวิตอยู่บนโลกใบนี้...

อายุที่เราได้มามีค่าเท่ากับเวลาที่เราได้สูญเสียไป...

สัจจธรรมอย่างหนึ่งของชีวิตค่อยๆ ปรากฏชัดเจนขึ้นมาในใจพี่เณร

"สพฺเพ สงฺขารา อนิจฺจา...สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง" วิถีของธรรมชาติเป็นเช่นนั้น เกิดขึ้น...ตั้งอยู่...แล้วดับไป มีวิวัฒนาเติบใหญ่ แล้วเสื่อมสลาย ความร่วงโรยแห่งสังขารร่างกายและวัยที่สดชื่นมากด้วยกำลังวังชา กำลังค่อยๆ เสื่อมถอยน้อยลงไปทุกทีๆ และทุกขณะจิต

น้องเณรเคยคิดหรือไม่ว่า...*วันเวลาที่ผ่านไป ทำอย่างไรจึงจะมีคุณค่า...*

วันคืนหมุนเวียนแปรเปลี่ยนเลื่อนลอย
คืนวันเหลือน้อยคล้อยเคลื่อนตามกาล
อย่ามัวสำราญรื่นรมย์เลอะเลือน
บุญกรรมย้ำเตือนแชเชือนอะไร
เวลาวารีไม่มีเคยคอยใคร
อย่าปล่อยมันไปอย่างไร้ค่าเลย...
เวลามีคุณค่าเกินกว่าจะเอ่ย...

เวลาแม้เพียงน้อยนิดยังสามารถเปลี่ยนเป็นสมบัติได้อย่างมหาศาล แต่สมบัติมากมายมหาศาลไม่สามารถเปลี่ยนมาเป็นเวลาได้แม้เพียงนิดน้อย คุณค่าของเวลาขึ้นอยู่กับว่าเราจะใช้มันให้เกิดประโยชน์มากน้อยเพียงใด **ไม่มีอะไรสายเกินไปสำหรับ...เวลาแห่งการเริ่มทำความดี**

ตั้งแต่เริ่มเข้าพรรษามาจนถึงวันนี้ นี่ก็ร่วมสองเดือนแล้ว น้องเณรลองย้อนมองดูตนเองสิว่า มีอะไรในตัวเราที่เปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ดีขึ้นบ้าง...

คุณธรรมในตัวของเราได้รับการพัฒนาให้สูงขึ้นไหม...

ความโลภ โกรธ หลง ได้ลดน้อย ลงไปรึเปล่า...

จิตใจของเราได้รับการขัดเกลาให้สะอาด บริสุทธิ์ ผ่องใสขึ้นไหม...

หรือเรามีอะไรใหม่ๆ ให้แก่ตัวเอง ที่คิดว่าดีกว่าเดิมบ้าง...

ลองถามตนเอง แล้วค้นหาคำตอบจากตัวเอง ด้วยตัวเอง...

ความคิด คำพูด และการกระทำทุกสิ่งทุกอย่างที่ผ่านมา

จะถูกบันทึกไว้ในใจของเรา ประดุจวิดีโอเทปที่บันทึกภาพชีวิตทั้งหมดเอาไว้ ดี...ชั่ว ถูก...ผิด

เราย่อมรู้อยู่แก่ใจของเราเอง ขณะนี้เราดีพร้อมทุกสิ่งทุกอย่างแล้วรึยัง.....

พี่เณรคิดว่าพรรษานี้เป็นช่วงเวลาอันประเสริฐที่น้องเณรควรจะหันกลับมาดูตัวเอง... พิจารณาตนเอง... เตือนตนสอนตนด้วยตนเอง รีบเร่งพัฒนาคุณธรรมของเราให้สมบูรณ์พร้อมทั้งภายนอกและภายใน ทั้งหยาบและละเอียด เพื่อเราจะได้เป็นผู้สมบูรณ์ด้วยวิชชาและจรณะให้สมกับเป็นสามเณรที่โลกต้องการ

ในวันเข้าพรรษา พี่เณรและเพื่อนๆ ได้ตั้งใจกันว่า...พรรษานี้จะปรับปรุงตัวเองให้ดีที่สุด หากเพื่อนรูปใดเห็นข้อบกพร่องของกันและกันแม้เพียงเล็กน้อย ไม่ว่าจะเป็นเรื่องใดๆ ก็ตาม จะต้องช่วยกันชี้แนะสามารถตักเตือนกันได้ ผู้ถูกเตือนต้องห้ามโกรธ ห้ามขัดเคือง แต่รับฟังโดยเคารพเอื้อเฟื้อ

โดยปกติทุก ๑๕ วัน เราจะมีการประชุมกัน เพื่อเปิดโอกาสให้เพื่อนสหธรรมิกได้ชี้ขุมทรัพย์ให้แก่กันและกัน พี่เณรว่าเป็นสิ่งที่ดีมาก เพราะทำให้เราได้รู้ข้อบกพร่องของตนเอง รู้จุดอ่อนที่ซ่อนเร้นอยู่ภายในซึ่งเราไม่รู้ตัว ทำให้เราสามารถแก้-ไขได้ตรงจุด ที่สำคัญที่สุดคือเราได้รู้จักตัวของเราเองดีขึ้น ทำให้ได้ข้อคิดว่า**คนที่ควรแก้ไขมากที่สุดและเร็วที่สุด คือตัวเราเอง...**

ขอเวลาเพียงวันละ ๑ นาที...เพื่อน้องเณรจะได้สำรวจตัว

เองว่ามีอะไรบ้างที่เรายังบกพร่องอยู่...มีอะไรบ้างที่เราต้องรีบแก้ไข...หยุดเวลาเอาไว้! แล้วค้นหามันให้พบ...เมื่อน้องเณรพบแล้วจงรีบปรับปรุงแก้ไขโดยเร็วเถิด อย่ามัวรอช้า...เดี๋ยวอกุศลจะเข้าครอบงำจิตใจ

เราต้องยอมรับความจริงอยู่อย่างหนึ่งว่า...**โลกนี้ไม่มีใครสมบูรณ์พร้อม** ทุกๆ คนย่อมเคยผิดพลาดมาก่อนทั้งนั้น ดังภาษิตที่ว่า "สี่เท้ายังรู้พลาด นักปราชญ์ยังรู้พลั้ง" แต่เมื่อเรารู้แล้ว **จงแก้ไขอย่าแก้ตัว อย่ากลัวเสียหน้า**... บุคคล แม้กาลก่อนได้เคยประมาทพลาดพลั้งแต่หากภายหลังกลับใจไม่ประมาทอีก ย่อมได้ชื่อว่าเป็นผู้ยังโลกนี้ให้สว่าง ประดุจพระจันทร์ในคืนวันเพ็ญที่พ้นจากเมฆหมอก ฉะนั้น

พระพุทธองค์ตรัสว่า **"ตนนั้นแลฝึกได้ยาก"** น้องเณรต้องรักในการฝึกฝนอบรมตนเอง อย่าตามใจตนเอง จงเอาชนะใจตนเองให้ได้ **"ชัยชนะใดไม่ยิ่งใหญ่เท่าชนะใจตนเอง"**

ธรรมดาของบัณฑิตทั้งหลายย่อมฝึกตน เพราะตนนั่นแหละเป็นที่พึ่งของตน คนอื่นใครเล่าจะเป็นที่พึ่งได้...เมื่อวาระสุดท้ายแห่งชีวิตมาเยือน ยามนั้นย่อมไร้เพื่อนช่วยเปลื้องทุกข์ **บุญที่ตนได้สั่งสมเท่านั้นที่เป็นเพื่อนแท้บุญเท่านั้นที่จะติดตามเราไปทั้งในโลกนี้และโลกหน้า ดังนั้นหนึ่งนาทีที่เป็นบัณฑิตยังดีกว่าตลอดชีวิตที่เป็นพาล**

ขอให้น้องเณรอย่ายอมแพ้และท้อถอย จงเร่งสั่งสมความดีอย่าหยุดยั้ง แม้บางคราวที่กำลังใจเราถดถอย ท้อแท้ต่อ

อุปสรรคที่มาขวางกั้น **จงอย่ายอมแพ้สงครามของความเป็นคน** ไม่เช่นนั้นชีวิตของเราจะเวียนวนอยู่ในห้วงทุกข์

อุปสรรค และปัญหาเป็นเพียงตะแกรงร่อนให้เราแกร่ง–กล้า ลุกขึ้นเถอะ...ก้าวต่อไปด้วยอุดมการณ์อันมั่นคง ปณิธานอันแน่วแน่ มุ่งสู่เป้าหมายสูงสุดนิรันดร์กาล

ธรรมดาของคนพาลมักมีใจขุ่นมัวเป็นปกติ ย่อมประมาทอยู่เป็นนิตย์ส่วนบัณฑิตทั้งหลายย่อมสรรเสริญความไม่ประมาท ปราชญ์ย่อมรักษาความไม่ประมาท เหมือนรักษาทรัพย์อันประ–เสริฐสุด

ความไม่ประมาทเป็นทางไม่ตาย
ความประมาทเป็นทางแห่งความตาย
ผู้ประมาทแล้วก็เหมือนคนตายแล้ว
ผู้ไม่ประมาทย่อมชื่อว่าไม่ตาย
คนประมาทย่อมเศร้าโศกสิ้นกาลนาน

พระศาสดาได้ตรัสเล่าเรื่องบุตรเศรษฐีผู้มีทรัพย์มาก เมื่อประทับอยู่ในป่าอิสิปตนมฤคทายวันว่า มีบุตรเศรษฐีเกิดในตระกูลที่มีสมบัติ ๘๐ โกฏิ ในกรุงพาราณสี เมื่อเขาเจริญวัยขึ้นก็ได้ทำการวิวาห์มงคลกับธิดาของเศรษฐีอีกตระกูลหนึ่ง ซึ่งมีสมบัติ ๘๐ โกฏิเช่นกัน

ครั้นต่อมาภายหลัง มารดาและบิดาของคนทั้งสองได้ถึงแก่กรรมลง เขาทั้งสองได้ประพฤติตนเป็นคนประมาท ได้คบกับ

นักเลงสุรา ถูกนักเลงสุราปอกลอก เมื่อกาลเวลาล่วงเลยไป ทรัพย์ที่เคยมีอยู่ถึง ๑๖๐ โกฏิ ก็ค่อยๆ ร่อยหรอลงไปเรื่อยๆ จนในที่สุดก็หมดเนื้อหมดตัว กลายมาเป็นขอทาน และกินอาหารที่เหลือเดนจากผู้อื่น

วันหนึ่ง พระศาสดาทอดพระเนตรเห็นเขายืนอยู่ที่ประตูโรงฉัน คอยรับอาหารที่เป็นเดนจากภิกษุ จึงทรงแย้มพระโอษฐ์ พระอานนท์ได้ทูลถามถึงเหตุนั้น พระพุทธองค์ตรัสว่า

"อานนท์... เธอจงดูบุตรของเศรษฐีผลาญทรัพย์ ๑๖๐ โกฏิ แล้วพาภรรยาเที่ยวถือกะลาขอทานอยู่ในนครนี้

ถ้าบุตรเศรษฐีนี้ไม่ผลาญทรัพย์ แต่ประกอบการงานใน **ปฐมวัย** เขาจะได้เป็นเศรษฐีอันดับหนึ่งของเมืองนี้ ถ้าออกบวชจะได้บรรลุอรหัต แม้ภรรยาของเขาก็จักดำรงอยู่ในอนาคามิผล

ถ้าบุตรเศรษฐีประกอบการงานใน**มัชฌิมวัย** เขาจะได้เป็นเศรษฐีอันดับสองของเมืองนี้ ถ้าออกบวชจะได้บรรลุอนาคามี แม้ภรรยาของเขาก็จักดำรงอยู่ในสกทาคามิผล

ถ้าบุตรเศรษฐีประกอบการงานใน**ปัจฉิมวัย** เขาจะได้เป็นเศรษฐีอันดับสามของเมืองนี้ ถ้าออกบวชจะได้บรรลุสกทาคามี แม้ภรรยาของเขาก็จักดำรงอยู่ในโสดาปัตติผล

แต่มาบัดนี้...เศรษฐีนั้นเสื่อมแล้วทั้งโลกียทรัพย์ และอริยทรัพย์ เพราะพวกคนเขลาไม่ประพฤติพรหมจรรย์ ย่อมซบเซาเหมือนนกกระเรียนแก่ ที่ซบเซาอยู่ในเปือกตมที่หมดปลาฉะนั้น"

น้องเณรฟังเรื่องนี้แล้วคิดว่าเราควรจะประมาทต่อไปอีก

หรือ...

โปรดอย่าปล่อยวันที่มีคุณค่าและเวลาที่มีสาระสูญเสียไปกับเรื่องไร้สาระ...

เราไม่มีเวลามากพอในการผัดวันประกันพรุ่ง ต่อเป้าหมายอันสูงสุดของชีวิต...

เราไม่มีเวลาเหลือเฟือที่จะมานั่งครุ่นคิดในเรื่องไร้สาระ...

เราไม่มีเวลาเพียงพอที่จะมาท้อแท้ผิดหวังกับชีวิตที่ขื่นขมในอดีต...

หยุดคิดสักนิดขณะที่มีเวลาเหลืออยู่...

เรามีชีวิตเหลืออยู่ในโลกนี้ไม่มากนัก เพราะเราเป็นเจ้าของเวลาแค่เพียงวินาทีนี้เท่านั้นใครเล่าจะรู้ว่าวันพรุ่งนี้จะมาถึงถามตัวของเราเองอีกครั้ง...

เราได้ให้สิ่งที่ดีที่สุดแก่ชีวิตของเราแล้วหรือยัง? อะไรเล่า คือสิ่งที่ดีที่สุดสำหรับชีวิตเรา?

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า **"พระรัตนตรัยเป็นสิ่งประเสริฐสุด สิ่งอื่นที่จะประเสริฐยิ่งไปกว่านี้ไม่มีอีกแล้ว"**

พระเดชพระคุณหลวงพ่อธัมมชโยสอนว่า **"สิ่งที่ดีที่สุด คือพระธรรมกายที่อยู่ในตัวของเราทุกคน**ท่านสถิตอยู่ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ เหนือสะดือขึ้นมาสองนิ้วมือ ตรงกึ่งกลางกาย **ทุกคนสามารถเข้าถึงได้ ด้วยวิธีฝึกใจให้หยุด นิ่ง มีสติคู่กับสบายและทำอย่างสม่ำเสมอต่อเนื่อง"**

ถ้าหากเราปฏิบัติตามที่พระเดชพระคุณหลวงพ่อแนะนำ

ต้องเข้าถึงพระธรรมกายได้อย่างแน่นอน **ส่วนผู้ที่ปฏิบัติแล้วไม่ได้ผลนั้นมีอยู่ ๒ พวก** คือ

๑. *พวกไม่ยอมทำ* เพราะเกียจคร้านไม่เอาจริง

๒. *พวกได้ทำแต่ผิดวิธี* อย่างนี้ก็ไม่ได้ผล

เพราะ "ความอยาก ลุ้น เร่ง เพ่ง จ้อง...จะทำให้ตื้อ ตึง ตัน ติด" แล้วไม่ได้ผล

น้องเณรจึงควรหันมาปรับปรุงในเรื่องการปฏิบัติธรรมของเราให้ถูกวิธี เพื่อเราจะได้เข้าถึงธรรมกายกันอย่างง่ายๆ สบายๆ **ถ้าเรายังไม่บรรลุธรรมกาย อย่าเพิ่งวางใจ อย่าได้ประมาท การบวชของเราจะบรรลุผล เมื่อเราได้บรรลุธรรมกายแล้วเท่านั้น** ถ้าไม่บรรลุธรรมกาย การบวชนั้นก็ยังไม่บรรลุผล เพราะยังเข้าไม่ถึงแก่นแท้ของพระพุทธศาสนา "ธรรมกาย" เป็นแก่นของพระพุทธศาสนา

เราอยู่วัดพระธรรมกาย ก็ต้องพยายามฝึกใจให้เข้าถึงพระธรรมกายให้ได้ *ถ้ายังเข้าไม่ถึง อย่าเพิ่งคลายความเพียร อย่าเพิ่งยอมแพ้ อย่าเพิ่งประมาท...* เมื่อใดที่ใจเราคลาดจากศูนย์กลางกาย แสดงว่านั่นประมาทแล้ว **ถ้าจะให้ไม่ประมาทต้องอย่าให้ใจคลาดจากศูนย์กลางกาย**

ลองถามตัวเราเองอีกสักครั้งสิว่า...เราจะสู้แค่ไหน? ถ้าน้องเณรตอบกับตัวเองได้ว่า **"สู้แค่ตาย...สู้สุดชีวิต...สู้จนกว่าจะถึงที่สุดแห่งธรรม"** นี่คือคำตอบที่ดีที่สุดสำหรับผู้มีบุญบารมี คำตอบของเราเป็นเครื่องพิสูจน์กำลังใจ และความเด็ดเดี่ยวเข้ม

แข็งของตัวเราเองว่า เราจริงมากน้อยแค่ไหน หรือเราควรจะเพิ่มเติมกำลังใจเข้าไปอีกเท่าไร จึงเพียงพอต่อการบรรลุเป้าหมายอันแท้จริงของชีวิต

ชีวิตที่ดีต้องมีเป้าหมาย **"ธรรมกาย คือเป้าหมายชีวิต ... ที่สุดแห่งธรรมคือเป้าหมายอันสูงสุด"**

เวลาขณะนี้ ที่นี่และตรงนี้...น้องเณรกำลังทำอะไรอยู่ น้องเณรได้ลงมือทำสิ่งที่ดีที่สุดแล้วหรือยัง...เวลาสำหรับตรงนี้มีไม่มาก เราควรเร่งรีบปรารภความเพียร เพราะความเพียรเป็นเหมือนบันไดที่ให้เราก้าว ย่ำไปสู่ความสำเร็จ

อนาคตไม่สำคัญ...

อดีตเป็นเพียงฝัน...

ปัจจุบันเท่านั้นที่เป็นจริง และเป็นสิ่งสำคัญที่สุด

ขอให้น้องเณรจงทำสิ่งที่ดีที่สุดที่นี่และเดี๋ยวนี้...

วันคืนล่วงไปๆบัดนี้เราทำอะไรอยู่...เวลาที่ผ่านไปไวราวกับนกบิน เราต้องรู้จักแสวงหาเวลาทุกวินาทีเอาไว้เพื่อการปฏิบัติธรรม เพราะ**การฝึกใจให้หยุดเป็นที่สุดแห่งบุญ...** ขอให้น้องเณรจงหวงแหนเวลาไว้เพื่อการฝึกใจให้หยุดนิ่ง

"เวลาที่สำคัญที่สุดในชีวิตคือ เวลาที่ใจหยุดนิ่ง"

ถ้าใจไม่หยุด เวลาที่มีอยู่ก็ไร้ค่า ดีที่สุดคือใจหยุดในกลางพระธรรมกาย...

เวลาผ่านไปคล้ายสายน้ำที่ไหลผ่านเลยไปแล้ว ไม่มีวัน

หวนกลับคืน ดังนั้นในแต่ละอนุวินาที...ขอให้น้องเณรจงใช้เวลาอย่างระมัดระวัง อย่างรอบคอบมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ **จงรู้จักเลือกใช้เวลาไปทำในสิ่งที่จะเกิดประโยชน์สูงสุด และจงใช้เวลาที่เหลืออยู่น้อยที่สุดนี้ ทำให้เกิดประโยชน์มากที่สุด**

วันเวลาที่หมดไป ใช้มันให้คุ้มค่า
อย่ามัวรอรา กาลเวลาย่อมล่วงเลย...
โลกไม่เคยหยุดหมุน เวลาไม่เคยหยุดนิ่ง
อย่าประวิงในสิ่งไร้สาระ...
ผู้ปรารถนาชัยชนะ ย่อมไม่ลดละความเพียร
"ชนะใดเสมอด้วยชนะตนไม่มี"...

ถ้าเราไม่รีบใช้เวลาทำความเพียรในตอนนี้ เราอาจจะไม่มีโอกาสได้ใช้เวลาอีกเลยตลอดชีวิตก็ได้...

วันเวลาคืบคลานผลาญสรรพสิ่ง
ไม่หยุดนิ่งทุกสิ่งล้วนผวนแปรผัน
ทั่วทั้งโลกทิ้งโศกไว้ไร้ชีวัน
สิ่งสิ่งนั้นคือเวลาคร่าชีวี
ในยามนี้ลมหายใจยังมีอยู่
จงต่อสู้สู้ต่อไปอย่าหน่ายหนี
หมั่นเร่งทำความเพียรสร้างบารมี
ชีวิตนี้พลีเพื่อหยุดสุดสายธรรม
ท่านทั้งหลายจงก้าวหน้า



๑๐
ความสำเร็จ พลังใจ และเป้าหมายชีวิต

จงปรารภความเพียรเถิด
จิตนี้กวัดแกว่งเช่นวานร
จิตของใครตั้งมั่นไม่หวั่นไหวดังภูเขา
ทุกข์จะมาถึงผู้นั้นแต่ที่ไหน

ชีวิตมีเป้าหมายเพื่อความพ้นทุกข์ผู้ที่บรรลุเป้าหมายแล้วเราเรียกว่า **“ผู้ประสบความสำเร็จ”** หลักชัยของทุกชีวิตมุ่งไปสู่ความสุขอันนิรันดร์ จนกระทั่งถึงที่สุดแห่งธรรม ความสุขเป็นรากฐานของความสำเร็จ **ชีวิตที่ประสบความสำเร็จสูงสุด ต้องมีความสุขคู่กับความบริสุทธิ์จึงจะเป็นความสำเร็จ**

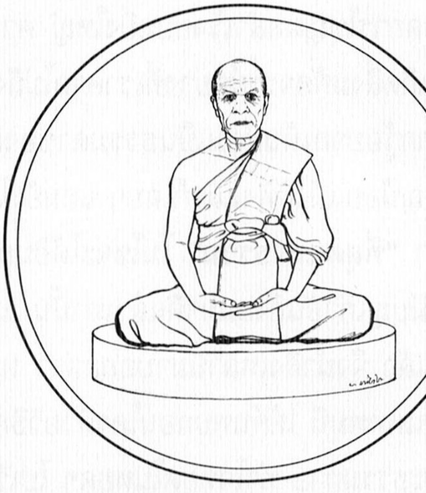
ที่สมบูรณ์

ความสำเร็จในชีวิตจะเกิดขึ้นได้ต้องมีเป้าหมายชัดเจน เพราะเป้าหมายเป็นตัวกำหนดผลสำเร็จสุดท้ายและยังเป็นมาตรวัดความสำเร็จในแต่ละระดับของชีวิต เป้าหมายสูงสุดต้องเสมอกับความเป็นที่สุด ความบริสุทธิ์แห่งจิตใจเป็นสิ่งล้ำค่ากว่าสิ่งใด ผู้มีบารมีทั้งหลายล้วนพัฒนาตัวเองไปสู่ความบริสุทธิ์ อย่าว่าแต่มนุษย์เลย แม้แต่ถ่านเมื่อพัฒนาถึงที่สุดแล้ว ก็จะใสบริสุทธิ์จนกลายเป็นเพชร

เมื่อสองปีก่อน พี่เณรได้ฟังธรรมะจากพระเดชพระคุณหลวงพ่อธัมมชโย รู้สึกประทับใจมาก พระเดชพระคุณหลวงพ่อได้ชี้ไปที่รูปภาพหลวงพ่อวัดปากน้ำซึ่งเป็นรูปใหญ่แขวนอยู่ด้านหลังที่ท่านนั่ง และท่านได้บอกอะไรบางอย่างแก่เราเกี่ยวกับหลวงพ่อวัดปากน้ำว่า

"ทุกคนจงมองดูภาพที่อยู่ข้างหลังของหลวงพ่อซิ... บุคคลผู้นี้มีความยิ่งใหญ่เกินกว่าที่ใครๆ จะเข้าใจได้ ถ้าดูจากรูปร่างหน้าตาของท่านก็คือคนธรรมดาคนหนึ่ง แต่แฝงไปด้วยความไม่ธรรมดา เพราะท่านมีใจเด็ดเดี่ยวเข้มแข็งยิ่งกว่าใคร ใจท่านมุ่งตรงต่อที่สุดแห่งธรรมตลอดเวลา ใจของท่านไม่เคยคลาดจากกลางของกลางเลย แม้บัดนี้ท่านจะละโลกไปแล้ว แต่ก็ไม่เคยหยุดยั้งในการสร้างบารมี ยังคงทำใจหยุดนิ่งเพื่อมุ่งสู่ที่สุดแห่งธรรม"

ความแตกต่างของหลวงพ่อวัดปากน้ำกับพวกเรานั้น ต่าง



กันราวฟ้ากับดิน มีอยู่สิ่งหนึ่งที่ท่านต่างจากเรามากก็คือ **“ท่านมีใจใหญ่ กล้าคิดการใหญ่... คิดที่จะไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม ซึ่งยังไม่มีใครเคยไปถึงเลย คิดที่จะรื้อสัตว์ขนสัตว์เข้าพระนิพพาน ตราบใดที่สัตว์โลกยังเข้าพระนิพพานไม่หมด ท่านจะขอเข้าพระนิพพานเป็นคนสุดท้าย”** ใครที่กล้าคิดได้เช่นนี้ต้องไม่ใช่บุคคลธรรมดาอย่างแน่นอน จะต้องเป็นผู้มีบุญบารมีแก่กล้ามาก จึงกล้าคิด กล้าพูด และกล้าทำการใหญ่เช่นนี้ ถ้าบารมีน้อยน่ะหรือ แค่คิดก็คิดไม่ออกแล้ว

สิ่งนี้เป็นความคิดที่น่าทึ่ง มันติดอยู่ในใจพี่เณรตลอดมามิรู้ลืม ผู้ที่จะเป็นผู้ยิ่งใหญ่ได้ต้องกล้าคิดการใหญ่ โดยทั่วไปความยิ่งใหญ่ของบุคคลคนหนึ่งจะถูกกำหนดโดยขนาดของใจของคนๆ นั้น ความสำเร็จทุกสิ่งทุกอย่างเป็นผลผลิตมาจากความคิด ขนาดของความสำเร็จถูกกำหนดโดยขนาดของความคิดของ

เราเอง ถ้าเราคิดการใหญ่ผลสำเร็จย่อมยิ่งใหญ่ ความคิดที่ยิ่งใหญ่มักจะก่อให้เกิดสิ่งมหัศจรรย์อย่างที่เราคาดไม่ถึงอยู่เสมอ

ความอยากรู้อยากเห็นย่อมเป็นธรรมดาของผู้มีปัญญาบารมี ส่วนผู้มีบุญน้อยแม้ได้ฟังแล้วก็เฉยๆ แถมยังไม่อยากจะฟังอีกด้วย คำว่า **"ที่สุดแห่งธรรม"** ไม่ใช่จะได้ยินกันง่ายๆ ผู้นั้นจะต้องเป็นผู้มีบุญเก่าอันสั่งสมมาดีแล้วเท่านั้น และต้องมีผู้รู้แจ้งบังเกิดขึ้นแล้ว จึงนำสิ่งเหล่านี้มาบอกกล่าว หลวงพ่อวัดปากน้ำ พระมงคลเทพมุนี ได้ค้นพบก่อนใครด้วยวิธีการหยุดใจเข้าไปสู่กลางพระธรรมกาย ทำใจหยุดในหยุดๆ ไปเรื่อยๆ ไม่มีถอนถอยจนกระทั่งรู้แจ้งแทงตลอดในเส้นทางสายกลาง แล้วจึงพบว่า **"ที่สุดแห่งธรรม...เป็นเป้าหมายสูงสุดในการสร้างบารมี"**

สิ่งเหล่านี้ไม่ใช่ทฤษฎีที่ยังไม่ได้รับการพิสูจน์ มันไม่ใช่การเดาสุ่มหรือตั้งสมมุติฐานเอาเอง แต่ทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย ทุกชาติ ทุกภาษา สามารถพิสูจน์ได้ด้วยการฝึกสมาธิ โดยทำใจให้หยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลางกาย เมื่อจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิแล้วย่อมเข้าถึงพระธรรมกายแน่นอน พระธรรมกายนั่นแหละจะเป็นอุปกรณ์ที่ใช้ในการพิสูจน์สัจธรรมนี้

บรรดาเหล่าศิษยานุศิษย์ของหลวงพ่อวัดปากน้ำรุ่นแล้วรุ่นเล่า ดังเช่น **คุณยายอาจารย์อุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง** ล้วนได้พิสูจน์กันมาแล้ว และสืบสานมโนปณิธานกันต่อมาจวบจนถึงยุคสมัยของพระเดชพระคุณหลวงพ่อธัมมชโย..."ที่สุดแห่งธรรม"

ยังคงเป็นเป้าหมายตลอดไปทุกภพทุกชาติ ที่ไม่มีวันเปลี่ยนแปลงตามกาลเวลา ดังนั้นการรื้อสัตว์ขนสัตว์จนกว่าจะถึงที่สุดแห่งธรรมจึงเป็นมโนปณิธานอันยิ่งใหญ่ เป็นจุดหมายอันแน่วแน่ ซึ่งที่จริงควรจะเป็นอุดมการณ์ของมวลมนุษยชาติจึงจะถูก

ทุกๆ ชีวิตควรคิดที่จะไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม เนื่องจากชีวิตของเราเกิดมาอย่างมีเป้าหมาย เราควรระลึกถึงเป้าหมายอันสูงส่ง คิดอยู่เสมอๆ ความกล้าคิดจะช่วยพาเราไปสู่จุดหมายปลายทางที่ต้องการได้ พี่เณรอยากให้น้องเณรคิดทุกๆ วันว่า **"เราจะต้องไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรมให้ได้"** แม้ไม่ใช่เรื่องง่าย แต่ก็ไม่มีอะไรยากเกินความสามารถของมนุษย์ เพราะทุกอย่างสำเร็จได้ด้วยใจ

ความสำเร็จอันสูงสุดในชีวิต มาจากจิตใจที่คิดดีที่สุดและคิดใหญ่ที่สุดเท่าที่เคยมีมาในโลก เราคิดเช่นไรเรามักจะเป็นเช่นนั้น **จิตใจจะเป็นผู้สร้างทุกสิ่งทุกอย่างให้เป็นตัวเป็นตนขึ้นมา เริ่มจากจินตนาการความใฝ่ฝัน แต่ด้วยใจที่มุ่งมั่นฝันนั้นจะพลันเป็นจริง**

ดังเช่น นิสิตหนุ่มผู้เพิ่งจะสำเร็จการศึกษา แต่กล้าตัดสินใจสละชีวิตจากเพศฆราวาสสู่บรรพชิต อุทิศตนต่อพระพุทธศาสนาเป็นพุทธบูชา จนกลายมาเป็นพระเดชพระคุณพระสุธรรมยานเถร ผู้มีมโนปณิธานอันยิ่งใหญ่ที่จะนำพาสรรพสัตว์ไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม มุ่งมั่นขยายสันติสุขอันแท้จริงไปสู่ชาวโลก

ผู้กล้าคิดการใหญ่และมีใจเด็ดเดี่ยวเช่นนี้หาได้ยากในโลก ควรแก่การเคารพบูชาในปฏิปทาอันสูงส่ง และดำเนินรอยตาม น้องเณรเป็นผู้หนึ่งที่กำลังตามมา แม้น้องเณรจะตัวเล็กแต่มีใจใหญ่ จึงกล้าสละชีวิตมาบวชตั้งแต่เยาว์วัย นับเป็นการกระทำที่น่าสรรเสริญยิ่งนัก และนี่เป็นจุดเริ่มต้นที่จุดประกายนักสร้างบารมีทั้งหลายให้มารวมกัน จึงก่อให้เกิดบุคคลผู้มีอุดมการณ์และมโนปณิธานอันเดียวกัน

ด้วยมโนปณิธานอันแน่แน่ว เริ่ม ต้นด้วยเงินเพียง ๓,๒๐๐ บาท ในระยะเวลาไม่กี่ปี...จากท้องนาฟ้าโล่งก็ได้กลายมาเป็นวัดพระธรรมกายอันสง่างาม เหล่านักสร้างบารมีทั้งหลายได้ช่วยกันพลิกแผ่นดินที่แห้งแล้ง แต่จิตใจของคนรุ่นบุกเบิกในครั้งนั้นหาได้แห้งแล้งตามธรรมชาติไม่ แต่กลับมีความชุ่มชื่นเบิกบานใจที่ได้ทำในสิ่งที่ทำได้ยาก ด้วยความมุ่งมั่นที่จะสร้างผืนแผ่นดินนี้ให้เป็นมรดกอันล้ำค่าแก่พระพุทธศาสนา วัดพระธรรมกายจึงได้รับการสร้างขึ้นจนสำเร็จ สมกับเป็นดินแดนแห่งพุทธธรรม

ความเชื่อมั่นในความสำเร็จ เป็นองค์ประกอบสำคัญต่อผู้ต้องการความสำเร็จความเชื่อมั่นในผลสำเร็จเป็นพลังผลักดันให้เกิดการสร้างผลงานอันยิ่งใหญ่ในทุกๆ ด้าน *ความไม่เชื่อมั่นเป็นสิ่งบั่นทอนพลังแห่งความสำเร็จ ความไม่มั่นใจ หรือลังเลสงสัยมักจะนำพาไปสู่ความล้มเหลว* เมื่อใจไม่เชื่อ คลางแคลงสมองจะคอยหาเหตุผลมาสนับสนุนความไม่เชื่อนั้น และนี่คือต้นเหตุแห่งความล้มเหลวทั้งปวง

มนุษย์ทุกคนล้วนต้องการความสำเร็จ ไม่มีใครปรารถนาความล้มเหลว **ถ้าหากเราเชื่อว่าเราสามารถทำได้ เราก็จะทำได้จริงๆ** แม้มีภูเขาทั้งลูกมาขวางกั้น เราก็จะสามารถเคลื่อนมันออกไปได้ ส่วนผู้ที่คิดว่าภูเขาไม่อาจจะเคลื่อนได้ ย่อมไม่สามารถที่จะเคลื่อนภูเขา ความศรัทธาอันแรงกล้ามีพลังมากพอที่จะทลาย ภูเขาทั้งลูกให้ราบเป็นหน้ากลอง นี่คือพลังอันลึกลับมหัศจรรย์ที่เกิดจากใจอันทรงพลัง

ในขณะที่เรามุ่งสู่ความสำเร็จ วิธีการอาจเปลี่ยนแปลงได้แต่เป้าหมายต้องไม่เปลี่ยนแปลง **สายน้ำอาจไหลวน สายลมอาจเปลี่ยนทิศ แต่เป้าหมายชีวิตต้องไม่เปลี่ยนแปลง** วิธีการเป็นสิ่งที่ต้องปรับปรุงอยู่ตลอดเวลา เพื่อความสมบูรณ์

เนื่องจากเรามีเวลาของชีวิตอยู่ในโลกนี้อย่างจำกัด เราต้องพิจารณาว่า **ทำอย่างไรจึงจะลงทุนน้อยที่สุดแต่ได้ผลมากที่สุด** ทำบุญอะไรแล้วได้อานิสงส์สูงสุด **คำว่า "ที่สุด" เป็นสิ่งที่ควรนำมาพิจารณาอย่างยิ่งสำหรับผู้ที่จะมุ่งสู่ที่สุดแห่งธรรม** เพราะถ้าบุญน้อย การที่จะไปถึงที่สุดแห่งธรรมนั้นยาก

ตอนนี้บุญใหญ่ **"ธรรมกายเจดีย์"** กำลังรอคอยเราอยู่คอยผู้มีบุญมาร่วมกันสร้างประวัติชีวิตอันงดงาม เพิ่มประวัติ-ศาสตร์จาก ๑๙๖ ไร่ มาเป็น ๒,๐๐๐ ไร่ เราจะได้บุญใหญ่กว่าที่เคยมีมา *เพราะธรรมกายเจดีย์เท่านั้น* จึงจะไปถึงที่สุดแห่งธรรม*ได้! บุญจากการสร้างธรรมกายเจดีย์เป็นบุญ เพื่อไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม*

ธรรมกายเจดีย์สิ่งมหัศจรรย์ที่ยิ่งใหญ่ของโลกจะอยู่คู่โลกเป็นเวลานับพันปี เป็นสิ่งท้าทายความสามารถของมนุษย์ผู้อาจหาญ กล้าคิด กล้าทำงานใหญ่ระดับจักรวาล *งานนี้ไม่เคยมีมาก่อนในโลกมนุษย์ เพราะกำลังนำเอาสิ่งพ้นโลกมาปรากฏให้ชาวโลกได้เห็น ถือเป็นมรดกอันทรงคุณค่ายิ่งของมวลมนุษยชาติ*

ขณะนี้กำลังดำเนินการก่อสร้างธรรมกายเจดีย์อยู่...ในไม่ช้าเราคงจะได้เห็นความสำเร็จของธรรมกายเจดีย์ร่วมกัน *แล้วท่านล่ะจะไม่มาเป็นผู้หนึ่ง ที่มีส่วนร่วมในความสำเร็จนี้หรือ?*

การสร้างธรรมกายเจดีย์เป็นสิ่งที่ต้องใช้พลังอย่างมาก ต้องอาศัยการรวมพลังของผู้มีบุญ มาช่วยกันคิดช่วยกันทำ โดยยึดเป้าหมายเป็นหลัก อุปสรรคไม่มี...ปัญหาทุกอย่างในโลกแก้ไขได้ ไม่มีปัญหาใดใหญ่ไปกว่าใจเราคิดเอง คนมีไอเดียดีๆ มีความสามารถ มีความใฝ่ฝัน และสามารถพัฒนาฝันนั้นให้กลายเป็นจริงในทางปฏิบัติ คือบุคคลที่เราต้องการ

ความสนใจและความกระตือรือร้น เป็นก้าวแรกของความสำเร็จ ความเพียรและขันติเป็นหัวจักรสำคัญในการก้าวไปสู่ความสำเร็จ ขอให้ทุกๆ ท่านจงรวมใจ เพื่อความสำเร็จกันเถอะ...เมื่อเรารวมใจให้หยุดนิ่งได้ ใจจะมีพลังยิ่งเหนือสิ่งอื่นใด **ศูนย์กลางกายเป็นศูนย์รวมแห่งพลังทั้งมวล** ตอนนี้แหละศักยภาพในตัวของเราจะถูกนำออกมาใช้อย่างสมบูรณ์ที่สุดแน่นอน...ถ้าเราปรารถนาจะทำอะไรในขณะนี้ คำว่า "เป็นไปไม่ได้" ย่อมไม่มี

เราคงเคยเห็น...ยานอวกาศลำแล้วลำเล่า ถูกส่งออกไปนอกโลกได้ ก็เพราะความเชื่อที่ว่ามนุษย์สามารถพิชิตอวกาศได้ หากปราศจากความเชื่อว่าทำได้แล้ว โครงการสำรวจอวกาศคงไม่มี นักวิทยาศาสตร์คงไม่กล้าหาญพอที่จะค้นคว้าเรื่องนอกโลก และให้ความกระตือรือร้นค้นคว้าเรื่องลึกลับในอวกาศอย่างเอาจริงเอาจัง

ไม่มีอะไรที่ท้าทายไปกว่าการที่เราได้ขุดเอาความสามารถในตัวของเราออกมาใช้อย่างเต็มที่ ปกติมนุษย์ได้เอาความสามารถที่มีอยู่ออกมาใช้เพียง ๕ % เท่านั้น แต่อีก ๙๕ % ถูกเก็บไว้ภายใน แหล่งพลังอันยิ่งใหญ่ที่เหลืออยู่นี้แฝงอยู่ภายในตัวเรานี่เอง **เมื่อใดใจเราหยุดนิ่ง...พลังภายในทั้งหมดจะถูกปลดออกมา เป็นพลังความรู้ความสามารถที่เหนือมนุษย์ทั่วไป** ราวกับว่าเป็นมนุษย์อัจฉริยะ ผู้ใดมีใจหยุดนิ่งมาก พลังนี้จะถูกปล่อยออกมาใช้ได้มาก มากพอที่จะควบคุมโลกทั้งโลกได้

ผู้คนส่วนใหญ่มักละเลยการหยุดใจ จึงทำให้หวั่นไหวในการเผชิญชีวิต ไม่มั่นใจว่าตนเองจะประสบความสำเร็จ หรือเป็นที่ยอมรับของผู้อื่นหรือเปล่า ความวิตกกังวลทำให้เสียคุณภาพ ขาดพลัง ถ้าเขาเชื่อว่าเขามีคุณค่าน้อย เขาไม่มีความสำคัญ ทุกสิ่งทุกอย่างที่เขาทำก็จะเป็นสิ่งที่ไม่สำคัญเลย แต่ถ้าเขาเชื่อว่า เขาสามารถทำงานใหญ่ได้ ทุกสิ่งทุกอย่างที่เขาทำจะเป็นสิ่งที่ยิ่งใหญ่เหลือเชื่อ มหัศจรรย์คาดไม่ถึง **เพราะอันที่จริงมนุษย์เราเก่งเกินกว่าที่เราคิด** ถึงเราจะไม่ใช่ซุปเปอร์แมน

แต่เราก็เก่งกว่าซุปเปอร์แมน เพราะเราสร้างมันขึ้นมา

ความเชื่อมั่นและมั่นใจ เป็นบันไดก้าวแรกของความสำเร็จ ขอเพียงเรามีความเชื่อมั่นอย่างจริงใจว่าเราทำได้ *พอเราหยุดนิ่งทำจิตใจตั้งมั่นเป็นสมาธิ ปัญญาจะเกิด แล้ววิธีการต่างๆ ที่จะนำพาให้เกิดความสำเร็จจะเกิดขึ้นเองโดยอัตโนมัติ* ความเชื่อมั่นอย่างแรงกล้าจะกระตุ้นจิตสำนึกให้พบหนทาง วิธีการที่ดี และกลยุทธ์ที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ การที่เราเชื่อว่าเราทำได้แน่ๆ จะทำให้คนอื่นเชื่อมั่นในตัวเรา และจะไม่มีใครเชื่อมั่นตัวเราจนกว่าเราจะเชื่อมั่นในตัวเราเอง

ทุกจังหวะของชีวิตเราต้องใช้พลัง แม้เราจะฝันหวานหรือคิดอะไรเล่นๆ ทุกความคิดที่ผ่านไปล้วนใช้พลังไปแล้ว การเคลื่อนไหวทุกอิริยาบถล้วนใช้พลัง การพูดหรือการกระทำในทุกกระบวนการ ล้วนใช้พลังทั้งสิ้น วันหนึ่งๆ เราได้สูญเสียพลังไปไม่น้อย บ่อยครั้งที่เราใช้พลังไปอย่างสุรุ่ยสุร่าย

เราต้องเรียกพลังเหล่านั้นกลับคืนมาโดยเร็ว หากใช้พลังโดยไม่มีการสร้างพลังใหม่ ในที่สุดเราจะหมดพลัง **พลังที่มีอานุภาพมากที่สุดคือ "พลังใจ"** เราจะต้องเสริมสร้างและสะสมพลังใจให้มากที่สุด เพราะนี่คือแหล่งพลังอันมหาศาลที่จะผลักดันทุกสิ่งทุกอย่างให้ก้าวไปสู่ความสำเร็จ

การเสริมสร้างพลังใจ มีวิธีที่ง่ายที่สุด ลัดที่สุด และมีประสิทธิภาพมากที่สุด คือ **"การปล่อยใจให้หยุดนิ่งอย่างเป็นธรรมชาติในกลางกาย อย่างไร้เครื่องผูกพันใดๆ"** การที่ใจ

ธรรมชาติในกลางกาย อย่างไร้เครื่องผูกพันใดๆ" การที่ใจหยุดนิ่งอยู่ภายในถือเป็นการสร้างและสะสมพลังภายในอย่างยิ่งยวด เป็นการเก็บพลังไม่ให้สูญหายไปไหน เมื่อถึงคราวนำออกมาใช้ก็จะสามารถใช้ได้ตามใจปรารถนา อย่างมีอานุภาพมากที่สุด

ศูนย์กลางกายเป็นศูนย์รวมพลังที่สมบูรณ์ที่สุดในจักรวาล... พลังใจ พลังความคิด พลังสติปัญญา พลังความสามารถ พลังสร้างสรรค์ พลังความดี พลังบุญบารมี ล้วนมีอยู่ครบถ้วนในตัวมนุษย์ แต่มนุษย์ส่วนใหญ่ลืมที่จะค้นหามัน กลับมัวไปแสวงหาแต่พลังภายนอก จนลืมพลังอันยิ่งใหญ่ภายในตน *ส่วนผู้ที่บรรลุเป้าหมายอันสูงสุดแล้วทั้งหลาย ล้วนเป็นผู้แสวงหาตนและค้นพบพลังภายในตนเองทั้งสิ้น*

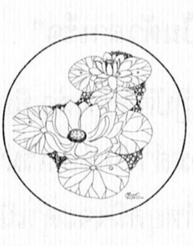
ขอให้น้องเณรอย่าลืมแสวงหาตนเองและพลังอันมหาศาลในตนเอง ฝึกฝนตนเองเพื่อความสำเร็จ ซึ่งวิธีการที่ง่ายที่สุด คือ ศึกษาจากบุคคลที่ประสบความสำเร็จแล้ว หนทางที่ย่อที่สุดคือ **"หยุดใจให้ได้...หยุดเป็นตัวสำเร็จ"**

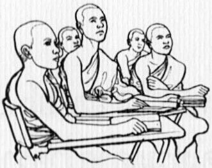
ขอเพียงให้หมั่นปฏิบัติอย่างต่อเนื่องและฝึกฝนอย่างจริงจัง การพัฒนาตนเองสู่ความสำเร็จต้องเริ่มที่การฝึกใจ ใจเป็นผู้กำหนดความสำเร็จ ใจที่หยุดนิ่งจะดำเนินอยู่บนถนนแห่งความสำเร็จเสมอไป นั่นหมายถึงเราได้เปลี่ยนแปลงตัวเองครั้งยิ่งใหญ่...

ฝึกฝนตนอบรมใจไม่หยุดยั้ง
เพื่อมุ่งหวังที่สุดธรรมนำสุขศานต์
เป็นผู้ให้ผู้สู้ผู้ทนทาน
ใจประสานกายธรรมทับทวี

มาร่วมสร้างธรรมกายเจดีย์ก้อง
องค์เรืองรองแจ่มจรัสรัศมี
เป็นอนุสรณ์ของนักสร้างบารมี
คือเจดีย์แห่งพระรัตนตรัย

ด้วยแรงใจแรงกายแรงศรัทธา
เหล่าขุนพลทหารกล้ามาสานฝัน
ยึดหลวงพ่อผู้ชี้นำธรรมชัย
สร้างความจริงยิ่งใหญ่ให้สมบูรณ์





๑๑
สติเป็นหัวใจในชีวิต

สติเป็นหัวใจในชีวิต
เหมือนเข็มทิศนำทางกลางไพรสณฑ์
หมั่นประกอบสติอยู่คู่กายตน
ย่อมหลุดพ้นวังวนมนต์แห่งมาร

สวัสดี น้องเณรที่คิดถึง

ฉบับนี้พี่เณรอยากจะพูดถึงเรื่องสำคัญเรื่องหนึ่งที่มองข้ามไม่ได้คือ **"สติ"** ให้น้องเณรฟัง เนื่องจากสติเป็นหัวใจในชีวิต ถ้าขาดสติแล้วชีวิตย่อมล้มเหลว เหมือนเรือที่ไม่มีหางเสือคอยคัดท้ายนาวาชีวิต ย่อมแล่นไปไม่ถึงฝั่ง ก่อนอื่นลองมาฟังเรื่องราวดูสักเรื่อง

หนึ่ง

ชายแก่คนหนึ่งนั่งอยู่ภายในบ้าน อันเงียบสงัด บ้านน้อยหลังนี้มีสภาพทรุดโทรมเก่าคร่ำคร่า เกือบจะดูไม่ออกว่าเป็นบ้าน เขานั่งอยู่ตรงมุมห้องใกล้ประตู มีกระถางว่านวางอยู่เบื้องหน้า วันๆ เขานั่งๆ นอนๆ อยู่บนแคร่ไม้ไผ่ด้วยสายตาที่เหม่อลอย จิตใจสับสนคล้ายกับมีอะไรบางอย่างอยู่ในใจ บ่อยครั้งที่เขามักจะเพ้อรำพึงรำพันกับตัวเอง

วันเวลาผ่านไปอย่างเชื่องช้า...วันแล้ววันเล่า ญาติพี่น้องเพื่อนฝูงหน่ายหนี ไม่เคยมีใครสนใจเขาและดูเหมือนว่าเขาก็ไม่เคยสนใจใคร แม้เขาจะเป็นคน แต่รู้สึกเหมือนไม่ใช่คน เพราะเขา "ขาดสติ" ควบคุมอารมณ์ของตนเองไม่ได้ อาละวาด...โวยวาย...ดีใจเสียใจ...ร้องไห้...ช่างน่าสงสารเสียจริง

ในอดีตเขาเคยมีคนรัก...แต่เขาได้สูญเสียภรรยาอันเป็นที่รักลงอย่างกะทันหัน ทำให้เกิดอาการช๊อคอย่างฉับพลัน และเสียสติในที่สุด เขามีอาการคล้ายคนบ้า เสื้อผ้ารุ่งริ่ง ไม่มีใครเหลียวมองและเห็นใจเขา ชีวิตเขาว้าเหว่ โดดเดี่ยว เดียวดายมาตลอด และตลอดชีวิตเขาก็เป็นเช่นนี้ จนกระทั่งถึงวันที่เขาตายจากโลกนี้ไปอย่างน่าสลดใจ

การเดินทางในวัฏฏะอันมืดมิด
หลายชีวิตต้องทุกข์ทนจนสับสน
ขาดสติมิรู้ทันมารผจญ
หมั่นเตือนตนเตือนจิตคิดใคร่ครวญ

"สติเป็นหัวใจในทุกจังหวะของชีวิต" จิตใจที่ไร้สติก็คล้ายกับทะเลบ้าที่โหมกระหน่ำบ้านเรือน ชีวิต และทรัพย์สินของผู้คนให้พินาศวอดวาย การขาดสติเป็นเหมือนพายุร้ายในจิตใจ ที่สามารถทำลายเจ้าของชีวิตให้ย่อยยับลงได้ มันจะทำลายชีวิตให้ถึงกาลอวสานอย่างน่าอเนจอนาถ การมีสติจึงถือเป็นการรักษาสุขภาพจิตที่ดีที่สุดในโลก ถ้ามนุษย์ทุกคนมีสติ คนบ้าคงไม่มีอยู่ในโลกนี้อีกต่อไป

"สติ คือความระลึกได้" ระลึกได้ถึงความผิดชอบ ชั่วดี เป็นสิ่งกระตุ้นเตือนให้คิด พูด ทำในสิ่งที่ถูกต้อง เป็นเครื่องยับยั้งไม่ให้ชีวิตตกไปในทางเสื่อม ไม่ให้หลงลืมตัว มัวเมาในสิ่งที่นำมาซึ่งความทุกข์ *"สติเป็นเสมือนเสาหลักปักแน่นในอา-รมณ์"* เมื่อเรามีสติ เราจะพิจารณาไตร่ตรองในเรื่องใด ใจจะปักแน่นในเรื่องนั้น ไม่ฟุ้งซ่านไปที่อื่น ทำให้สามารถใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญสิ่งต่างๆ ได้อย่างถูกต้อง ละเอียดลออ ถี่ถ้วน เข้าใจได้แจ่มแจ้ง ทะลุปรุโปร่ง สติจึงเป็นเหมือนเสาหลักของชีวิตที่ทำให้ชีวิตมั่นคง ชีวิตที่ขาดสติก็เหมือนบ้านเรือนที่ไม่มีเสาค้ำ

ในการศึกษาเล่าเรียน ความทรงจำมีความจำเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งการศึกษาพุทธวจนะภาษาบาลี ซึ่งมีความซับซ้อนลึกซึ้ง ยิ่งต้องอาศัยสติเป็นหัวใจ การที่น้องเณรจะทรงจำสิ่งต่างๆ ที่เล่าเรียนมาได้ดีนั้น จะต้องหมั่นทบทวนบทเรียนซ้ำแล้วซ้ำอีก ใช้สติระลึกนึกถึงบ่อยๆ จนกระทั่งจำได้

ขึ้นใจท่องได้คล่องปากภาษาบาลีต้องอาศัยทั้งความจำและความเข้าใจ ควรตั้งสติในการเรียนให้ดี เพราะจะช่วยให้ความคิดของเราเป็นระเบียบ ไม่สับสน สามารถจำความรู้ที่ครูบาอาจารย์สั่งสอนได้แม่นยำ *สติจะช่วยเสริมสร้างปัญญาของเราให้บริบูรณ์ขึ้น*

ในการทำงานที่มีคู่แข่งและคู่แค้น...ทุกคนต่างรู้รสชาติของการต่อสู้ชีวิตเพื่อความอยู่รอด สุขทุกข์คลุกเคล้าผสมผสานกันไปในโลกแห่งการงาน ภาระหน้าที่ปัญหาต่างๆ ที่ถาโถม เข้าใส่ล้วนไม่ใช่เรื่องเล็กน้อย บางครั้งบางคราวทำให้ชีวิตต้องเจ็บปวดแสนสาหัส *การรับมือกับปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ต้องมีสติ* การมีสติ คือสิ่งแรกที่จะช่วยกู้สถานการณ์เหล่านั้นไว้ได้

สติควรกำหนดรู้คู่ชีวิต
ในยามคิดอ่านเขียนเรียนศึกษา
ในหน้าที่การงานชาญปัญญา
ในวิชชาธรรมกายหมายนิพพาน

น่าสงสารที่หลายๆ คนควบคุมสภาวะเช่นนี้ไว้ไม่ได้ อันที่จริงเราสามารถควบคุม และผ่อนคลายความเครียดลงได้ "ด้วยวิธีการเจริญสติ" เพียงสงบอารมณ์ให้อยู่นิ่งๆ สักครู่ นึกวางความรู้สึกตรงกลางอย่างเบาๆ สบายๆ ครู่เดียวเท่านั้น สติก็จะกลับเข้ามาสู่แหล่งแห่งสติภายในโดยธรรมชาติ ประคองสติให้นิ่งๆ สติก็จะเจริญขึ้นจนจิตเป็นสมาธิไม่ช้าปัญญาก็จะโปร่งใส...ความเครียดที่คั่งค้างอยู่ในระบบประสาท และจิตใจก็จะ

มลายหายสูญไปเป็นปลิดทิ้ง... เหมือนยกภูเขาออกจากอก

มีสติคู่สบายช่วยคลายเครียด
ใจละเอียดแผ่วเบาราวปุยนุ่น
ทุกข์สิ้นสูญสุขเพิ่มพูนธรรมค้ำจุน
บุญเกื้อหนุนอบอุ่นกายสบายอุรา

ในชีวิตประจำวัน เราเลี่ยงไม่ได้ ที่ต้องพบกับปัญหามากมายอย่างไม่รู้จักหยุดหย่อน ทั้งปัญหาของตัวเราเอง และปัญหาที่มาจากคนอื่น หลายครั้งที่เราต้องขุ่นมัว ขัดเคืองกับเรื่องราวที่ไม่เป็นเรื่อง บ่อยครั้งที่เราต้องขึ้นเสียง โต้แย้ง ทุ่มเถียงไปด้วยความโกรธ อารมณ์ที่ไม่น่าพอใจเหล่านี้ เราจะไม่สามารถระงับมันเอาไว้ได้ ตราบใดที่เรายังขาดสติ ดังนั้นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการ "ฝึกสติ" ไม่เช่นนั้นเราจะต้องตกเป็นทาสของอารมณ์ที่สุมไปด้วยเพลิงกิเลส

"บุคคลโกรธตอบบุคคลผู้โกรธก่อน
ชื่อว่าเป็นคนเลวกว่าบุคคลนั้น
บุคคลผู้ไม่โกรธตอบผู้โกรธก่อน
ชื่อว่าชนะสงครามที่ชนะได้โดยยาก
บุคคลใดรู้ว่าบุคคลอื่นโกรธแล้ว
มีสติสงบใจได้...บุคคลนั้นชื่อว่า
ได้ทำประโยชน์ให้เกิดแก่ทั้งสองฝ่าย"

ยามใดที่มีอารมณ์โกรธมากระทบ เราต้องมีสติเตือนตน

ว่า **"จงอดทน และอดกลั้น"** ถ้าเราทนไม่ได้แสดงว่า เราทำผิดคำสอนของพระบรมศาสดา ในยามโกรธความเงียบเป็นเพื่อนที่ไว้วางใจได้มากที่สุด จงมีสติหยุดนิ่งสักนิด เพื่อเป็นการนิ่งอย่างประเสริฐ การที่เราระงับความโกรธไว้ได้ ไม่แค้นพยาบาท ไม่ทำความเคร่งเครียดให้ปรากฏ จะเป็นบุญติดตัวอย่างหนึ่งของเราคือ จะทำให้เราเป็นผู้ที่น่าเลื่อมใส

หากน้องเณรมีความโกรธเกิดขึ้น จงสอนตัวเองว่า

-เมื่อตอนออกบวช เรายังละบิดามารดาญาติพี่น้องได้ แล้วทำไมเราจะละความโกรธ ซึ่งเป็นศัตรูนำความฉิบหายใหญ่ มาสู่ตัวเราไม่ได้

-เราโกรธคนที่เขาทำชั่วร้ายกับเรา ไฉนเราจึงไปทำเลียนแบบเช่นเดียวกับเขา

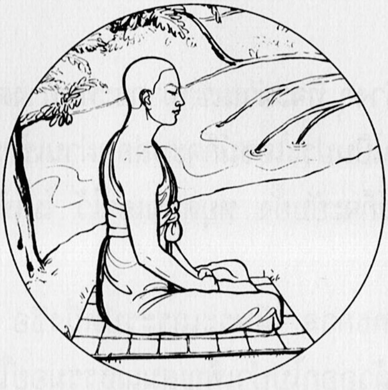
-เขาทำความไม่พอใจเพื่อให้เราโกรธ ไฉนเราจึงยอมตกหลุมพรางที่เขาดักเอาไว้

-ความโกรธทำให้เราทุกข์ใจ ไฉนเราจึงนำเอาความทุกข์มาเบียดเบียนตนเอง

-เขาประทุษร้ายเราผู้บริสุทธิ์ ผลร้ายย่อมกลับสู่ตัวเขาเหมือนการซัดฝุ่นไปทวนลมฉะนั้น

-ทุกคนมีกรรมเป็นของตัว ใครทำกรรมใดไว้ตนจะต้องเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น

-นึกโกรธก็ให้อภัยเขาเสีย คิดว่าผู้ที่ไม่เคยเป็นญาติกับเรามาก่อนย่อมไม่มี แล้วแผ่เมตตาให้เขามีความสุข เราก็จะพลอย



ได้รับความสุขใจนั้นด้วย

การแผ่เมตตาเป็นสิ่งที่ควรทำอย่างยิ่ง ทำง่ายๆ โดยทำใจให้สงบนิ่ง นึกแผ่ความสุขใจ ความเมตตาปรารถนาดีออกจากกลางกาย ให้กระแสแห่งความเมตตานั้นครอบคลุมตนเองบุคคลที่เรารัก บุคคลทั่วๆ ไป บุคคลที่เป็นศัตรูเรา ตลอดจนถึงสรรพสัตว์ทั้งหลายอย่างไม่มีประมาณ

การแผ่เมตตาจะทำให้เราได้รับอานิสงส์ ๑๑ ประการคือ ทำให้หลับเป็นสุข ตื่นเป็นสุข ไม่ฝันร้าย เป็นที่รักของมนุษย์ เทวดาย่อมลงรักษา ไฟศาสตราวุธยาพิษไม่แผ้วพาน จิตตั้งมั่นได้เร็ว ไม่หลงทำกาละ และย่อมเข้าถึงสุคติ

ธรรมชาติของจิตมีการนึกคิดตลอดเวลา เดี๋ยวคิดโน่นคิดนี่ อยากได้โน่นได้นี่ อยากเป็นโน่นเป็นนี่ ถ้าความคิดนั้นไม่มีสติกำกับ ก็จะกลายเป็นความฟุ้งซ่าน ทำให้ใจกระจัดกระจายไม่มีพลัง **"สติ เป็นตัวควบคุมความนึกคิด"** ไม่ปล่อยให้อารมณ์พล่านไปเหมือนเป่าแป้งในถาด **"สติเป็นเหมือนนายประตู"**

ที่คอยเฝ้าดูสิ่งต่างๆ ที่จะผ่านเข้ามากระทบทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ถ้าสิ่งใดเป็นประโยชน์ก็จะปล่อยผ่านเข้ามาได้ แต่สิ่งใดไม่เป็นประโยชน์ก็จะยับยั้ง หยุดมันเอาไว้ ไม่ให้เข้ามาทำร้ายจิตใจ

ในครั้งพุทธกาล มีพระเถระรูปหนึ่งชื่อ **"ตาลปุฏะ"** หลังจากบวชแล้วออกไปบำเพ็ญสมณธรรมอยู่ในป่า ท่านใช้เวลาทำ ความเพียรอยู่นาน แต่ก็ไม่สามารถบรรลุธรรมได้ ในที่สุดท่านก็มานั่งพิจารณาตนเอง แล้วค้นพบว่าสาเหตุที่ใจท่านไม่หยุดเพราะ **"ชอบเผลอสติ"** ท่านปรารภกับตัวเองว่า

"ดูก่อนจิต... แต่ก่อนเจ้าแนะนำเราว่า ประโยชน์อะไรเล่าด้วยการอยู่ครองเรือน จงออกบวชเสียเถอะ แต่มาบัดนี้ ไฉนเจ้าจึงพัวพันอยู่ในกามคุณ เพื่อแสวงหาภพใหม่อีกเล่า"

"ดูก่อนจิต... แต่ก่อนเจ้าเคยแนะนำเราว่า จงอุตส่าห์เจริญสมาธิภาวนา จะได้บรรลุวิชชาในพระพุทธศาสนา แต่มาบัดนี้เหตุไฉนเจ้าจึงได้ละทิ้งสมถวิปัสสนา มัวแต่เกียจคร้านอยู่เล่า"

"ดูก่อนจิต...เจ้าได้อ้อนวอนเราให้สละหมู่ญาติและมิตรสหายรักใคร่ สละความอาลัยในชีวิต แต่มาบัดนี้ ทำไมเจ้าจึงห่วงใยอาลัยร่างกายอันเน่าเปื่อย คร่ำครวญถึงญาติมิตรอันเป็นที่รักเล่า"

"ดูก่อนจิต...เจ้าได้แนะนำเราในครั้งก่อนว่า จงเป็นผู้มักน้อย สันโดษ สงบระงับ แต่มาบัดนี้ เจ้ากลับมีความมักมากพา เราไปสู่ตัณหา ซึ่งเป็นกองแห่งทุกข์เล่า"

เมื่อท่านตั้งสติสอนตนเอง แล้วท่านก็พูดกับตัวเองว่า

"ดูก่อนจิต... เจ้าผู้ชอบเที่ยวไปในที่ไกล บัดนี้เราจะไม่ทำตามคำของเจ้าแล้ว แต่ก่อนเรายอมปฏิบัติตามถ้อยคำของเจ้ามาหลายภพหลายชาติ เจ้าทำให้เราต้องท่องเที่ยวไปในกองทุกข์มาช้านาน

วันนี้! เราจักข่มเจ้าให้อยู่ในอำนาจของเรา ด้วยอุบายอันชอบ ดังนายควาญช้างข่มช้างตกมัน ไว้ด้วยขอ ฉะนั้น เราจักตั้งสติในอารมณ์แห่งกรรมฐาน ให้ใจหยุดนิ่งเป็นอารมณ์เดียว มีใจมุ่งตรงต่อพระนิพพาน..."

แล้วในที่สุด พระตาลปุฏะก็ได้บรรลุอรหัตผลอันเลิศ ถึงพร้อมด้วยวิชชาและอภิญญาเสร็จกิจในพระพุทธศาสนา ท่านได้เตือนสติ **"สอนตนเองจนเอาชนะใจตนเอง"** จิตที่อบรมดีแล้วด้วยสติ จักเป็นจิตที่ตัณหาเกาะเกี่ยวไม่ได้ บุคคลผู้มีสติทุกเมื่อย่อมล่วงพ้นวัฏฏสงสารได้

น้องเณรจะเห็นได้ว่า สติเป็นหัวใจในการบรรลุมรรคผลนิพพาน **"สติ...อาวุธคู่ใจของผู้มีชัยชนะ"** ธรรมดาของจิตมนุษย์นั้นกลับกลอกไปมาตลอดเวลา เหมือนวานรที่กระโดดจากกิ่งไม้กิ่งนี้ไปสู่กิ่งโน้น กลอกกลิ้งไปมา เหมือนน้ำกลิ้งบนใบบอน การเวียนว่ายตายเกิดที่ผ่านมาผ่านไปอย่างไม่มีวันจบสิ้น ล้วนมีสาเหตุมาจากจิตที่ขาดสติ ดิ้นรน สับสน ไม่หยุดนิ่ง ถ้าเราไม่หันมาฝึกสติกัน ชีวิตก็คงต้องว่ายวนเวียนอยู่ในทะเลแห่งวัฏฏะอีกต่อไป...

ตั้งสติหยุดนิ่งซึ้ง เกษมศานต์
รู้รอบขอบเขตฐาน ดังแก้ว
รู้สติพอประมาณ ฌานมั่น
ระลึกรู้องค์พระแก้ว ผ่องแผ้ว กลางศูนย์

การฝึกสติประคองใจไว้ที่ศูนย์กลางกาย ถือเป็นหลักธรรมปฏิบัติที่แท้จริง ไม่มีหลักธรรมใดที่ยิ่งใหญ่ไปกว่าการอบรมจิตใจให้หยุดนิ่งอย่างมีสติ การปฏิบัติธรรมเพื่อให้บรรลุมรรคผลนิพพาน ต้องอาศัยสติตั้งแต่เบื้องต้น ท่ามกลางและที่สุด ใจของเราจะต้องนำมาตั้งไว้ในแหล่งของสติที่ศูนย์กลางกาย ฝึกฝนใจให้หยุดนิ่ง โดยมี **“สติคู่กับสบาย และทำอย่างสม่ำเสมอ”** ตามคำสั่งสอนของพระเดชพระคุณหลวงพ่อธัมมชโยที่ได้แนะนำเอาไว้

การฝึกสติจะทำให้เราเป็นผู้ไม่ประมาทในชีวิต สติจะกระตุ้นเตือนให้เราขวนขวายในการสร้างบารมี ย้ำเตือนให้เราตระหนักถึงหน้าที่ของการเกิดมาเป็นมนุษย์ ตักเตือนให้เราไม่ประมาทในเวลาของชีวิตที่เหลืออยู่เพียงน้อยนิด ดังนั้นเรา*ควรมีสติกำกับตัวเสมอ ไม่ว่าจะคิด พูด ทำสิ่งใด ไม่ควรให้ถลำลงไปสู่ความเสื่อม ควรมีสติระลึกถึงสิ่งที่ต้องทำ กรรมที่ต้องเว้นอยู่เสมอ*

สติต้องฝึกในทุกอิริยาบถ ทุกท่วงทีเราต้องมีสติ ตั้งแต่ตื่นนอนจนกระทั่งเข้านอนต้องเป็นผู้ตื่นอยู่เสมอ คือตื่นจาก

กิเลสไม่ให้อกุศลเข้าครอบงำ ในแง่การปฏิบัติในชีวิตจริง พอตื่นนอนเริ่มรู้ตัวก็เอาใจจรดไปที่ศูนย์กลางกาย ตรึกธรรมะใสๆ เลย แล้วแผ่เมตตาให้สรรพสัตว์ได้รับความสุขทั่วหน้า ไม่ว่าจะยืน เดิน นั่ง นอน มีสติอย่าให้ใจคลาดจากศูนย์กลางกาย **"จะทำอะไรก็ทำไปแต่ใจจรดศูนย์"** ทำอย่างนี้บุญเพิ่มพูนสติสมบูรณ์ **"สติจะสมบูรณ์เมื่อใจจรดศูนย์กลางกาย"**

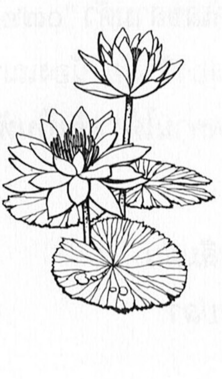
สติถือประคองใจไว้ที่ศูนย์
บุญเพิ่มพูนช่วยเกื้อกูลดวงชัดใส
ใจตั้งมั่นดิ่งเข้ากลางกายเรื่อยไป
องค์พระใสสว่างโพลงโล่งเบาสบาย

มันแปลกนะ คนเรานี้คิดให้ดีก็น่าขำ *"สิ่งที่อยากจำกลับลืม สิ่งที่อยากลืม กลับจำ"* สิ่งดีๆ ที่ต้องจดจำมีมากมาย กลับไม่จำ ไปจำสิ่งที่ไม่ควรจำ แต่สิ่งที่อยากจะลืม กลับลืมไม่ลง เลยต้องทนหวานอมขมกลืนกันไป

มีสิ่งหนึ่งที่จะลืมไม่ได้ คือ **"อย่าลืมศูนย์กลางกาย"** ถ้าจำอะไรไม่ได้ขอให้จำแค่เลขสามตัว "๐๗๒" ศูนย์กลางกายฐานที่เจ็ดเหนือสะดือขึ้นมาสองนิ้วมือ น้องเณรตั้งสติให้ดี จำให้ได้ "๐๗๒" จำแค่นี้ได้ไปนิพพานได้ **"สติเป็นหัวใจ...พาเราไปพระนิพพาน"**

ท้องฟ้าไม่เคยลืมฝน
สายชลไม่เคยลืมปลา

พนาไม่เคยลืมไม้
ใจใสไม่เคยลืมบุญ
พระอาทิตย์ไม่เคยลืมวัน
พระจันทร์ไม่เคยลืมคืน
ทะเลไม่เคยลืมคลื่น
ผู้ตื่นไม่เคยลืมศูนย์กลางกาย”





๑๒
ส่งท้ายด้วยธรรมล้ำค่า

เวลาเปลี่ยนแปลงทุกอนุวินาที
ชีวีย่อมเปลี่ยนไปพร้อมกับกาลเวลา
ทุกสิ่งที่ผ่านมาทำให้เรารู้จักตัวเองดีขึ้น
ประสบการณ์เรียนรู้เป็นครูสอนตน
กาลผ่านพ้นไปหนึ่งปีสิ่งดีๆ มีมากมาย
ชีวิตยังไม่สายถ้าไม่คลายจากความดี

สวัสดีน้องเณรที่คิดถึง

เผลอประเดี๋ยวเดียวก็จะหมดไปอีกปีหนึ่งแล้ว หนึ่งปีที่กำลังจะผ่านไปช่างรวดเร็วเหลือเกิน น้องเณรว่าไหม? ๓๖๕ วันที่ผ่านไปมีอะไรใหม่ๆ ในชีวิต

เยอะแยะ พี่เณรหวังว่าน้องเณร คงได้รับสิ่งดีๆ เพิ่มขึ้นมากมาย เพราะได้ใช้เวลาทุกนาทีในการสร้างบารมีอย่างเต็มที่ พี่เณรก็ขออนุโมทนาบุญด้วยนะ

หนึ่งปีผ่านไปได้อะไรในชีวิต
ฝึกฝนอบรมจิตชีวิตสุขทุกวันคืน
ปีเก่าผ่านไปแล้วปีใหม่แก้วแววระรื่น
บัณฑิตเป็นผู้ตื่นย่อมสดชื่นในความดี

ทุกสิ่งทุกอย่างที่ผ่านมาล้วนมีคุณค่าน้องเณรลองทบทวนชีวิตของตนเองดู ตั้งแต่ต้นปีจนกระทั่งถึงบัดนี้ ชีวิตเรามีทั้งที่สมบูรณ์และบกพร่อง แต่เราก็ได้พยายามตั้งใจปรับปรุงแก้ไขกันอย่างเต็มที่ แม้จะยังได้ไม่ดีที่สุดก็ตาม หนึ่งปีที่ผ่านมา คุณธรรมหลายๆ อย่าง ของเราได้เจริญงอกงามขึ้นในระดับที่เราภูมิใจ แต่เพื่อความไม่ประมาท เอาอย่างนี้ดีไหม "ฉบับนี้เรามาทบทวนธรรมะอันล้ำค่าของพระเดชพระคุณหลวงพ่อธัมมชโยกันดีกว่า" เพื่อความเป็นสิริมงคลและความเจริญรุ่งเรืองยิ่งๆ ขึ้นไปสำหรับปีใหม่ที่ใกล้จะมาถึงนี้

ชีวิตที่จะประสบความสุข และความสำเร็จอันสูงสุดได้ต้องอาศัย "บุญ" ผู้รักตนเองพึงรักบุญสั่งสมบุญอยู่เนืองนิตย์ เพราะบุญเท่านั้นเป็นที่พึ่งของสัตว์โลกอันแท้จริง ทั้งในโลกนี้และโลกหน้า พระเดชพระคุณหลวงพ่อธัมมชโยได้กล่าวเกี่ยวกับเรื่องการทำบุญเอาไว้ว่า

“ก่อนทำบุญทำใจให้หยุดนิ่งก่อน กลั่นให้บริสุทธิ์แล้วจึงให้ทาน วิบัติจะเข้ามาปนเป็นไม่ได้ ถ้าทำบุญด้วยความหงุดหงิด สมบัติจะมีเชื้อวิบัติติดมาด้วย”

การทำบุญจะให้ได้บุญเต็มที่พระเดชพระคุณหลวงพ่อสอนให้ทำใจให้หยุดนิ่งก่อน ทานนั้นจึงจะเป็น “มหาทานบารมี” ย่อมได้อานิสงส์มาก แล้วควรนึกทำบุญด้วยใจที่เป็นกลางๆ เพื่อหมู่สงฆ์และพระพุทธศาสนา ผู้ฉลาดให้ทานอย่างนี้จะได้บุญมาก ความตระหนี่จะหลุดออกจากใจ ถ้าใครตระหนี่ไม่ชอบทำทาน นอกจากจะไม่ได้สมบัติแล้ว ความตระหนี่ยังดึงความวิบัติเข้ามาหาตัวอีกด้วย

“ทาน.. คือกระแสแห่งความดีเกิดขึ้นในใจ ที่หลุดพ้นเป็นอิสระจากกระแสความตระหนี่ ผู้ให้เป็นผู้เปิดประตูสวรรค์ เมื่อให้ด้วยใจที่บริสุทธิ์ผ่องใส”

พระเดชพระคุณหลวงพ่อบอกว่า.. ตอนนี้บุญใหญ่สุดสุด คือ *“ธรรมกายเจดีย์”* และ *“วิหารที่ประดิษฐานรูปหล่อทองคำพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร)”* ถ้าเราทำบุญนี้ จะทำให้เราได้บรรลุธรรมตั้งแต่เยาว์วัย รู้ญาณของเราจะกว้างไกล เราจะได้บรรลุธรรมที่หลวงพ่อวัดปากน้ำภาษีเจริญได้บรรลุ และบุญใหญ่นี้จะนำพาเราไปจนถึงที่สุดแห่งธรรม

ธรรมกายเจดีย์งามตระหง่าน
ดุจนิพพานเมืองมนุษย์สุดไพศาล

ส่องสว่างพราวพร่างกลางจักรวาล
เทพเล่าขานชนร่วมสานสร้างเจดีย์
พระวิหารประดิษฐานรูปหลวงพ่อ
ผู้เกิดก่อกายธรรมนำสุขศรี
นามก้องฟ้าพระมงคลเทพมุนี
ชาวเรานี้ร่วมกตัญญูครูวิชชาฯ

การให้อามิสทานแม้จะได้บุญมาก แต่ก็ยังสู้การให้ธรรมทานไม่ได้ **"การให้ธรรมทานย่อมชนะการให้ทั้งปวง"** เราควรจะให้ถ้อยคำที่ทำให้ใจหลุดพ้น เป็นธรรมทานแก่ชาวโลก ชีวิตของชาวโลกมักติดอยู่กับกระแสโลก เราจะต้องช่วยยกใจของเขาให้สูงขึ้นสู่กระแสธรรม **"ไม่มีคำพูดใด ยิ่งใหญ่ไปกว่าคำพูดที่ทำให้บุคคลบรรลุธรรมกาย"**

จงพูด...เหมือนดอกบัวชูขึ้นเหนือน้ำ
พูดยกใจ...ขึ้นสู่ความหวังใหม่
พูดพลิกใจ...ที่ท้อแท้ให้เข้มแข็ง
พูดปรับใจ...ที่หยาบให้ละเอียด
พูดกลับใจ...ที่สับสนให้สงบนิ่ง
พูดถอนใจ...ที่ติดให้หลุดพ้น

พระเดชพระคุณหลวงพ่อสอนให้ว่า *"เราควรหัดพูดจาเพราะๆ มีหางเสียง จะเป็นบุญติดตัว ทำให้เราเป็นที่รักของมนุษย์และเทวดา ไม่มีใครคิดเป็นศัตรู วาจาจะน่าเชื่อถือ เป็น*

ผู้มีวาจาศักดิ์สิทธิ์” เหล็กปกติจะแข็ง แต่เมื่อเอามาทำเป็นลวด จะอ่อน สามารถมัดสิ่งของได้ ฉันใด ถ้อยคำที่อ่อนหวาน ก็สามารถมัดใจคนได้ ฉันนั้น

ท่านยังสอนอีกว่า จะพูดจาอะไรต้องเป็นไปตามขั้นตอน **“อย่าหักด้ามพร้าด้วยเข่า”** *ถ้าไม่เข้าใจกันอย่าใช้อารมณ์ ให้เป็นผู้ฟังที่ดีมีใจหยุดนิ่ง อย่าพูดชวนทะเลาะ* ให้ใช้วิธี *“แลกเปลี่ยนความคิดเห็น”* จะได้ไม่ทะเลาะกัน *“ปรึกษาหารือ”* ไม่ใช่ “ปรึกษาหาเรื่อง” อย่าเอาความแตกต่างมาคุย ให้ *“แสวงจุดร่วมสงวนจุดต่าง”*

อวดดื้อถือดี คือวิถีทางแห่งความแตกแยก อิจฉาริษยานำมาซึ่งความร้าวฉาน สมัครสมานจริงใจ คือหนทางแก้ไข ทิฏฐิมานะต้องลดละไม่เหลือหรอ ประนีประนอม ยอมพอหยุดก่อโทสะ ผูกโกรธโปรดลดละ ย่อมชนะใจตน

นอกจากให้ธรรมทานแล้ว ยังต้องรู้จักให้ **“อภัยทาน”** อีกด้วย เมื่อผู้อื่นทำให้เราบันดาลโทสะ พระเดชพระคุณหลวงพ่อสอนให้มีสติ รีบระงับอย่าให้ลุกลาม ไม่เช่นนั้นความตึงเครียดจะระบาด ท่านบอกว่าไฟโทสะจะเผาลนจิตใจ ทำให้ใจเกรียมไหม้ น้ำเสียงคำพูดจะหยาบ ผิวพรรณจะพลอยหมองคล้ำเกรียมไปด้วย จมูกจะไม่สวย แบนโหว่เหมือนพวกยักษ์ จมูกแบนโหว่ จมูกสั้น ฟันห่าง ผิวหยาบกร้าน

ส่วนคนที่รู้จักให้อภัย ไม่ผูกโกรธ ไม่มักโกรธ ไม่แค้นเคือง เขาว่าก็ไม่ขัดใจ ไม่โกรธเคือง ไม่พยาบาท ไม่ทำร้าย ไม่ทำ

ความเคร่งเครียดให้ปรากฏ เกิดไปกี่ภพกี่ชาติก็จะเป็นคนที่น่าเลื่อมใส

เมื่อใดเธอกระทบถ้อยคำอันไม่พอใจยังเป็นคนสงบเสงี่ยม อ่อนโยนได้ เธอชื่อว่า 'เป็นคนสงบเสงี่ยม อ่อนโยนจริง' บุคคลเป็นมุนีผู้สงบ เพราะล่วงความสำคัญตนได้ทั้งหมด

คนเข้มแข็งย่อมไม่หวั่นไหว แม้ใครจะเข้าใจผิดก็ตาม เขาย่อมมีตบะธรรม อดทนต่อสิ่งที่เหลือทนได้ แม้จะถูกด่าว่าก็ไม่กล่าววาจาหยาบช้าโต้ตอบ เป็นมุนีผู้นิ่งอย่างประเสริฐ เพราะรู้ว่า**การด่าว่าสบประมาทเป็นการทำร้ายจิตใจที่เจ็บปวดที่สุด จะทำให้มิตรภาพถึงกาลอวสาน** เหมือนแก้วที่หล่นลงมาแตกกระจาย ยากที่จะประสานให้ติดกันได้ดังเดิม

ในชีวิตประจำวันของการอยู่ร่วมกัน ย่อมมีการกระทบกระทั่งกันเป็นปกติ **การที่จะประสานใจทุกๆ ดวงให้เป็นดวงเดียวกันได้เป็นสิ่งที่วิเศษสุด** นอกจากบุคคลเหล่านั้นจะมีอุดมการณ์ และเป้าหมายชีวิตเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันแล้ว ยังจะต้องมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน

ความเข้าใจต่อทุกสิ่งทุกอย่าง ทำให้เราให้อภัยต่อทุกสิ่งทุกอย่างได้ ความเข้าใจและรู้ใจกันจะก่อให้เกิดความสามัคคี ซึ่งเป็นหัวใจของความเป็นทีม

ทีม ทีม ทีม คำนี้มีความหมาย

ธรรมกายทีมแก้วแววววับใส

สามัคคีพี่น้องคล้องดวงใจ

ทำสิ่งใหญ่ที่ใครว่าไม่มีวัน

เราจักอยู่ร่วมกันฉันพี่น้อง

จะประคองกันไปให้ถึงฝัน

ใจเปิดกว้างว่าไงว่าตามกัน

สำนึกมั่นมุ่งเน้นความเป็นทีม

พระเดชพระคุณหลวงพ่อสอนพวกเราอยู่เสมอว่า *"ให้มีจิตสำนึกของความเป็นทีมอยู่ในใจตลอดเวลา เราต้องมีความรักสมัครสมานสามัคคีกัน เป็นทีมทั้งหยาบและละเอียด"* ท่านจะเน้นตรงนี้มาก เพราะเราสร้างบารมีกันเป็นทีม **"ที่นี่ไม่มีศิลปินเดี่ยว"** ทุกคนจะต้องเท่าเทียมกันทั้งทีม ถ้าหยาบยังเป็นทีมไม่ได้ ละเอียดจะเป็นทีมได้อย่างไร?

กำลังใจเป็นสิ่งสำคัญมากในการสร้างบารมี พระเดชพระคุณหลวงพ่อบอกว่า *"เราต้องเพิ่มเติมกำลังใจให้ตัวเองทุกๆ วัน เพิ่มมากขึ้นไปเรื่อยๆ เท่าเดิมก็ไม่เอา ต้องเพิ่มเข้าไปจนมีกำลังใจเต็มอนันตจักรวาล มองเห็นโลกเล็กเท่าผงธุลี เหมือนมองเห็นช้างที่วิ่งเข้ามาตัวเท่ามด แล้วทุกสิ่งทุกอย่างจะสำเร็จลงอย่างง่ายดายด้วยกำลังใจอันยิ่งใหญ่ของเรา"*

จงเข้มแข็งแกร่งกล้าอย่าท้อถอย

อย่าเหงาหงอยคอยหวังยังไม่สาย

เริ่มต้นใหม่ก้าวต่อไปไม่เสื่อมคลาย
ธรรมกายเพื่อนคู่ใจใกล้ชิดเรา

การประคับประคองตนให้ตลอดรอดฝั่งบนหนทางแห่งการสร้างบารมีเป็นสิ่งที่ไม่ง่ายนัก พระเดชพระคุณหลวงพ่อสอน ให้*ระมัดระวังต่อสิ่งที่เป็นข้าศึกต่อพรหมจรรย์ จะต้องมีสติสำรวมอินทรีย์ให้มาก ไม่มีใจยินดีในเพศตรงข้าม ไม่ดำริ ไม่สนใจ ไม่ปรุงแต่งในเรื่องกาม หัดหักห้ามใจ ข่มใจเอาไว้ มองให้เห็นโทษของการครองเรือน ทุกข์ในวัฏฏสงสาร แล้วให้มีจิตยินดีในเพศพรหมจรรย์ เพราะชีวิตพรหมจรรย์เป็นชีวิตที่ประเสริฐที่สุด*

ดาบที่ลับคมแล้วเชือด
กระบี่ที่ขัดดีแล้วแทง
หอกที่พุ่งปักอก
กามทั้งหลายเจ็บปวดยิ่งกว่า

พระเดชพระคุณหลวงพ่อบอกให้เราสอนตนเองอยู่เสมอว่า *"เราเกิดมาทำหน้าที่สร้างบารมีอันยิ่งใหญ่ เพื่อจะนำพาสรรพสัตว์ไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม ให้เราตระหนักถึงงานอันแท้จริงคืองานขจัดกิเลสอาสวะ กำจัดอวิชชาให้สิ้นไป เราศึกษาธรรมะเพื่อความบริสุทธิ์ หลุดพ้นจากการเป็นบ่าวเป็นทาสของเขา"*

เราเกิดมาทำวิชชามิใช่อื่น
ทั่วทั้งหมื่นโลกธาตุเขาคาดหวัง

ทหารกล้าสู้ฟันฝ่าสุดกำลัง
เมื่อถึงฝั่งพระนิพพานมารบรรลัย

พระเดชพระคุณหลวงพ่อมักจะถามพวกเราอยู่เสมอว่า... **"รักวิชชาธรรมกายรึเปล่าจ๊ะ.. รักแค่ไหน..."** ท่านอยากให้ลูกๆ เข้าถึงวิชชาธรรมกายกันทุกคน อยากให้ลูกๆ รักและหวงแหนวิชชาธรรมกายยิ่งชีวิต ให้ทุ่มตัวทุ่มชีวิต เอาชีวิตเป็นเดิมพันในการศึกษา ให้ใจรักและผูกพันกับวิชชาธรรมกายทั้งวันทั้งคืน โดยไม่ผูกพันกับอะไรเลย

รักวิชชาธรรมกายยิ่งสิ่งอื่นใด
ทุ่มหมดใจในการเรียนเพียรฝึกฝน
หยุดนิ่งเฉยไม่ละเลยกลางของตน
หวังหลุดพ้นอวิชชาพญามาร

ชีวิตเผชิญกับลมฝนพายุร้ายรอบทิศ ร่างกายและจิตใจต้องเข้มแข็ง อุปสรรคช่วยสร้างเกราะอันกล้าแกร่ง แม้มรสุมชีวิตรุนแรง แต่นักสร้างบารมีต้องอดทน **ในสงครามของความเป็นคนเราต้องอดทนและอดกลั้น** เพชร..เป็นคาร์บอน เช่นเดียวกับถ่าน เพราะถูกแรงกดดันและอุณหภูมิที่สูงสุด จะทนทานนานนับล้านๆ ปี ในที่สุดจึงกลายมาเป็น "เพชร" ที่ทรงคุณค่ายิ่งกว่าอัญมณีใดๆ ในโลก

แม้งานหนักใจเหนื่อยกายเมื่อยล้า
ใครบ่นว่าช่างเขาเราไม่สน

จะขอสู้เรื่อยไปใจอดทน
มุ่งฝึกฝนค้นวิชชาราวีมาร

ในการศึกษาวิชชาธรรมกาย ผู้เข้าศึกษาจะต้องมีคุณสมบัติที่ดีพร้อมทั้งคุณธรรมภายนอกและคุณธรรมภายในเพื่อจะได้รองรับความรู้อันบริสุทธิ์ของพระพุทธเจ้าได้อย่างลึกซึ้งกว้างไกล พระเดชพระคุณหลวงพ่อได้ให้โอวาทไว้ว่า

"ผู้ศึกษาวิชชาธรรมกายจะต้องหล่อหลอมใจให้เป็นดวงเดียวกับหลวงพ่อ รวมใจให้เป็นหนึ่งโดยเชื่อฟังคำแนะนำสั่งสอน บอกอย่างไรให้ทำอย่างนั้น ให้ดูหลวงพ่อเป็นเกณฑ์ ว่าไงว่าตามกัน

จิตใจต้องเด็ดเดี่ยวเข้มแข็ง มีอุดมการณ์มั่นคง เป้าหมายชีวิตชัดเจน รักษามโนปณิธานยิ่งชีวิต อุทิศชีวิตเป็นพุทธบูชาเพื่อศึกษาวิชชาธรรมกาย เพื่อความบริสุทธิ์หลุดพ้นจริงๆ

รักในวิชชาธรรมกายยิ่งสิ่งอื่นใด ไม่ติดอะไรทั้งสิ้น ติดแต่ธรรมะ ติดกลางของกลางอย่างเดียว ไม่ยึดมั่นผูกพันกับอะไรเลย ไม่มีห่วงกังวลใดๆ ไม่ห่วงแม้กระทั่งทางบ้าน มุ่งรุดหน้าเรื่อยไปอย่างไม่หยุดยั้ง

ต้องสามัคคีกันทั้งทีม เท่าเทียมกันทั้งทีม เป็นทีมทั้งหยาบและละเอียด ไม่ทะเลาะเบาะแว้งกัน ไม่จู้จี้ขี้บ่น ไม่กระทบกระทั่งกับใคร ไม่น้อยใจ ไม่เพ่งโทษใคร

เมื่อได้รับมอบหมายให้ทำอะไร ต้องประกอบด้วยสติ

ปัญญา ไม่เกี่ยงงอนเกี่ยงงาน อยู่ด้วยกัน ต้องช่วยกันดูแลเป็นหูเป็นตา อย่าเฉยเมยปล่อยปละละเลย

ต้องมีความเคารพ อ่อนน้อมถ่อมตน ไม่คุยโวโอ้อวดยกตนข่มท่าน ต้องสงบเสงี่ยมเจียมตน ไม่อวดดื้อถือดี มีทิฏฐิมานะ อย่าเอาตัวเองเป็นใหญ่ ให้เอาหมู่คณะเป็นหลัก

มีความกตัญญู ไม่มีเหลี่ยมมีคู ไม่หลงตัวลืมตัว คิดว่าเราเก่งหรือเราแน่กว่าใคร ไม่คิดอยากเด่นอยากดัง หรือหวังให้ใครเขาชื่นชม

รักความสะอาด ความเป็นระเบียบวินัย มักน้อยสันโดษ ไม่สะสม ไม่คลุกคลีด้วยหมู่คณะ ยินดีปัจจัยตามมีตามได้ ไม่ติดในลาภสักการะสรรเสริญ ทำความดีโดยหวังเอาบารมีเป็นที่ตั้ง

สุขภาพร่างกายต้องสมบูรณ์แข็งแรง อดทน ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคใดๆ ไม่กลัวความยากลำบาก ไม่ยอมแพ้ จนกว่าจะบรรลุเป้าหมาย อย่างนี้จึงจะศึกษาวิชชาธรรมกายได้”

วิชชาธรรมกาย คือวิชชาที่เลิศที่สุดยิ่งกว่าวิชชาใดๆ ในโลก ขอให้น้องเณรจงภูมิใจและดีใจเถอะว่า **เราได้เลือกทางเดินชีวิตได้ถูกต้องที่สุดและลัดที่สุดแล้ว** แม้น้องเณรจะเป็นเด็กตัวเล็กๆ แต่เราหาได้เป็นเหมือนเด็กทั่วไป ที่วิ่งเล่นสนุกสนานเฮฮาไม่ เพราะเราเป็นผู้สืบทอดอายุของพระพุทธศาสนาและวิชชาธรรมกาย

ตอนนี้น้องเณรเป็นคลื่นลูกใหม่ ผู้ยกย่องเชิดชูพระพุทธ-ศาสนาและวิชชาธรรมกายให้สูงเด่นเป็นปิ่นของนานาประเทศ

เป็นหลักชัยในชีวิตของมวลมนุษยชาติ

ขอให้น้องเณรตั้งใจฝึกฝน อบรมตนเองให้สมบูรณ์พร้อมด้วยวิชชาและจรณะ ปริยัติ ปฏิบัติ และปฏิเวธ ให้เป็นสามเณรดีที่โลกต้องการ ช่วยสืบสานมโนปณิธานอันสูงส่งของพระเดชพระคุณหลวงพ่อ ปฏิบัติธรรมให้เข้าถึงวิชชาธรรมกาย และน้อมนำธรรมกายไปสู่ดวงใจของชาวโลก

ร้อยดวงใจหลอมไว้ให้เป็นหนึ่ง
ร้อยให้ซึ้งอุดมการณ์สานเป้าหมาย
ร้อยด้วยรักสามัคคีมิเสื่อมคลาย
ร้อยกลางกายสายใจใฝ่วิชชา

ร้อยอดทนมากล้นความเคารพ
ร้อยสงบมักน้อยปล่อยตัณหา
ร้อยวินัยใคร่แทนคุณจุนเจือมา
ร้อยกายารักษาไว้ให้สมบูรณ์

ร้อยหยุดนิ่งดิ่งเข้าไปในกายธรรม
ร้อยใจนำตามติดจิตตกศูนย์
ร้อยองค์พระภายในใสเพิ่มพูน
ร้อยกลางศูนย์กลางพ่อก่อเกิดธรรม

โรงเรียนของผู้มีบุญ

โดย...พระสมศักดิ์ จนฺทสีโล

*“ เส้นทางการศึกษาของพระภิกษุสงฆ์
จะต้องมุ่งเน้นปลูกฝังเป้าหมาย ปณิธาน
และอุดมการณ์ของนักบวช
เพื่อให้เป็นนักบวชที่สมบูรณ์พร้อมตามพุทธประสงค์ ”*

พระเดชพระคุณพระราชภาวนาวิสุทธิ์ (หลวงพ่อธัมมชโย) เคยกล่าวไว้ว่า *เส้นทางการศึกษาของพระภิกษุสงฆ์ จะต้องมุ่งเน้นปลูกฝังเป้าหมาย ปณิธาน และอุดมการณ์ของนักบวช เพื่อให้เป็นนักบวชที่สมบูรณ์พร้อมตามพุทธประสงค์* เพราะ “นักบวช” คือ “ผู้มีบุญ” ไม่ใช่ “ผู้ด้อยโอกาส” และเส้นทางสายนี้มิใช่ “ทางอ้อม” แต่เป็น “ทางลัด” ที่จะนำไปสู่ความสำเร็จสมบูรณ์ด้วย ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ และเทศนา

ดังนั้น **โรงเรียนพระปริยัติธรรมที่แท้ ก็คือโรงเรียนของผู้มีบุญ** ที่หล่อหลอมอบรมบุคคลตั้งแต่ระดับต้นจนถึงอุดมศึกษาให้กลายเป็น **"บัณฑิตที่แท้จริง"** ที่โลกต้องการ

เริ่มต้นรอบที่สองปีนักษัตรพระปริยัติธรรม

ชื่อเสียงของวัดพระธรรมกายที่คุ้นเคยกันมานานว่า เป็นศูนย์กลางแห่งการสอนธรรมภาคปฏิบัติที่ใหญ่ที่สุดแห่งหนึ่ง โดยมีผู้คนทั้งในและต่างประเทศเข้ามาประพฤติปฏิบัติธรรมกันมาตลอด แต่อีกมุมหนึ่งวัดพระธรรมกาย คือแหล่งของนักการศึกษาที่นับตั้งแต่ผู้บริหารระดับสูงสุดของวัด จนถึงสมาชิกในวัดทั้งอุบาสก อุบาสิกา ต่างมุ่งศึกษาพระปริยัติธรรมควบคู่ธรรมปฏิบัติมานับตั้งแต่ก่อนสร้างวัดกันเลยทีเดียว ทั้งนี้ก็เพื่อมุ่งประพฤติปฏิบัติตามแนวทางการศึกษาที่พระพุทธองค์ทรงวางเอาไว้ ๒ ประการ คือ ด้านปริยัติธรรมหรือ **"คันถธุระ"** และด้านธรรมปฏิบัติหรือ**"วิปัสสนาธุระ"** เพราะทั้งปริยัติและปฏิบัติ จักเป็นบันไดนำไปสู่จุดยอด คือ"ปฏิเวธ" คือการประจักษ์แจ้งแทงตลอดในธรรม

โดยเฉพาะวัดพระธรรมกาย มีเป้าหมายและมโนปณิธานที่แน่ชัดที่จะ **"สร้างวัดให้เป็นวัด" "สร้างพระให้เป็นพระ"** และ **"สร้างคนให้เป็นคน"** การศึกษาพระปริยัติธรรมจึงได้ดำเนินมานับตั้งแต่พระเดชพระคุณหลวงพ่อธัมมชโย เริ่มอุปสมบทในปีพุทธศักราช ๒๕๑๒ และมีวิวัฒนาการขยายรูปแบบมาเรื่อยๆ

ถ้าหากจะเริ่มถือว่าปีพุทธศักราช ๒๕๒๗ ที่ปรากฏเป็นโรงเรียนพระปริยัติธรรมที่ชัดเจน โดยมีการส่งนักเรียนบาลีเข้าสอบในสนามหลวงเป็นครั้งแรก จนถึงปัจจุบันก็ถือว่าบัดนี้โรงเรียนพระปริยัติธรรม วัดพระธรรมกาย ดำเนินมาได้ ๑๓ ปี อันเป็นการเริ่มนับหนึ่งสู่รอบที่สองของปีนักษัตร และถือเป็นเกียรติประวัติและยังความรู้สึกปลาบปลื้มเป็นอย่างยิ่ง ที่ในรอบปีนักษัตรแรก ปรากฏมีพระภิกษุสอบได้เปรียญธรรม ๙ ประโยคอันเป็นประโยคสูงสุด จำนวน ๑ รูป และเพียงแค่เริ่มต้นรอบนักษัตรที่สองคือปีนี้ ปรากฏมีผู้สอบได้เปรียญธรรม ๙ ประโยคอีกถึง ๒ รูป โดยเป็นพระภิกษุ ๑ รูป สามเณร ๑ รูป

วงศ์พระปริยัติวัดพระธรรมกาย

พระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี (หลวงพ่อวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ) ท่านเป็นผู้ใฝ่ใจในการศึกษาเป็นอย่างยิ่ง ท่านเคยกล่าวไว้ว่า

“การศึกษานั้นเปลี่ยนชีวิตผู้ศึกษาให้สูงกว่าเดิม คนที่มีการศึกษาดีจะได้อะไรก็ดีกว่า ประณีตกว่าผู้อื่น คนมีวิชาเท่ากับได้สมบัติจักรพรรดิ กินใช้ไม่หมด...”

ดังนั้น พระธรรมเทศนาของท่านจึงไพเราะลึกซึ้ง ทั้งเบื้องต้น ท่ามกลางและที่สุด เป็นที่ยอมรับของนักปริยัติและนักปฏิบัติ

ต่อมา เมื่อพระเดชพระคุณหลวงพ่อธัมมชโยได้อุปสมบท

ณ วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ เมื่อวันที่ ๒๗ สิงหาคม พุทธศักราช ๒๕๑๒ ชีวิตแห่งสมณะของท่าน แม้จะมุ่งปฏิบัติธรรมมากเพียงใด แต่ท่านก็ตระหนักถึงคุณค่าของการศึกษาควบคู่ไปด้วย

ในยุคแรก แม้จะเริ่มก่อสร้างวัดพระธรรมกาย ขึ้นที่อำ-เภอ คลองหลวง จังหวัดปทุมธานี แต่พระเดชพระคุณหลวงพ่อและพระภิกษุที่เริ่มบวชตามมาภายหลัง เช่น พระพิพัฒน์ จิต-สุทฺโธ, พระเผด็จ ทตฺตชีโว (ปัจจุบันดำรงสมณศักดิ์ที่ พระภาวนา-วิริยคุณ) ก็ยังต้องเดินทางไปศึกษาที่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ บางครั้งที่มีงานพระศาสนารีบเร่ง ไม่ได้ไปวัดปากน้ำ แต่ก็ต้องอ่านหนังสือเอง หากมีข้อสงสัยติดขัดประการใด ก็ไปกราบเรียนถามพระอุปัชฌาย์อาจารย์อยู่เสมอๆ

เริ่มพระปริยัติศึกษา "บาลี"

แม้ว่าจะมีการเรียนภาษาบาลีกันมาบ้าง ทั้งด้วยการเรียนด้วยตนเองและมีครูอาจารย์มาให้การสอน แต่เริ่มมีการเรียนการสอนอย่างไม่เป็นทางการ เมื่อวันที่ ๒๖ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๒๖ โดยนิมนต์ **พระมหายุทธนา ปริชาโน** ป.ธ. ๙ จากวัดปากน้ำฯ มาสอนวิชาไวยากรณ์และแปลธรรมบท ซึ่งในครั้งนั้นมีผู้เข้าเรียนได้แก่ **พระเดชพระคุณหลวงพ่อทัตตชีโว พระดิลก กิตฺติติลโก (พระครูสาครสุทธิธรรม) พระมหาชาติชาย ตกฺ-กสรโณ พระมหาสุวิทย์ วิชฺเชสโก** เป็นต้น และมีการส่งเข้าสอบบาลีสนามหลวงเป็นครั้งแรกเมื่อปี พ.ศ.๒๕๒๗

ในปีต่อมาวัดพระธรรมกายเริ่มมีพระภิกษุอยู่ประจำมากขึ้น และเริ่มมีการรับสามเณรเข้าอยู่ในวัดเป็นครั้งแรก ๕ รูป การให้การศึกษาพระปริยัติธรรม ทั้งแผนกธรรมและแผนกบาลี ก็เริ่มมีการศึกษากันมากขึ้น ได้มีการเชิญครูบาอาจารย์ผู้มีความรู้ความชำนาญเข้ามาช่วยบรรยายถวายความรู้ แม้ในระยะนี้สถานที่เรียนจะไม่สะดวกสบาย เช่น เป็นเต็นท์ผ้าใบ พอคุ้มแดดคุ้มฝน และช่วงเวลาที่อาจารย์จะมาสอน ส่วนมากเป็นช่วงหลังเลิกงานประจำ

เป็นที่น่ายินดีว่า**ในปี พ.ศ.๒๕๒๘ มีการส่งพระภิกษุเข้าสอบระดับนักธรรมตรีสนามหลวงเป็นครั้งแรก** ๕๐ รูปและสามารถสอบได้ถึง ๔๔ รูป

ส่วนด้านการศึกษาบาลีที่กล่าวว่าเริ่มเป็นจริงเป็นจังก็คือได้มีการเปิดชั้นเรียนขึ้นที่อาคารปุโรหิตาเพื่อให้พระภิกษุสามเณรเข้าเรียน ซึ่งถือเป็นการจุดประกายที่จะให้บังเกิดมีปราชญ์ทางบาลีปรากฏขึ้นในวัดในเวลาต่อมา

ทศวรรษแรกแห่งพระปริยัติธรรม

การเรียนการสอนทั้งด้านนักธรรมและทางด้านบาลีศึกษา หรือการเรียนการสอนนวกภูมิ แม้จะมีการสอนในชั้นเรียนแต่รูปแบบที่ช่วยทำให้เกิดประสิทธิภาพทางการเรียนอย่างมากมาย ก็คือการเรียนการสอนลักษณะพี่สอนน้อง แม้พระภิกษุรุ่นพี่จะยังมีภารกิจและการศึกษา แต่ก็ต้องหาเวลามาช่วยสอน

ตลอดจนให้คำแนะนำแก่รุ่นน้อง อันเป็นการช่วยเสริมสิ่งที่อาจารย์สอนในชั้นเรียน แต่สภาพที่มักจะปรากฏพบเห็นในระยะนี้ก็คือ ภาพพระภิกษุสามเณรช่วยกันสร้างห้องเรียน ซึ่งเป็นอาคารหลังคาและกั้นฝาผนังด้วยใบจาก

นับตั้งแต่การออกแบบสร้าง ลงมือสร้าง ตลอดจนปรับปรุงสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสมสามารถรองรับพระภิกษุและสามเณรที่เพิ่มจำนวนมากขึ้นให้พอเพียง แม้จะพบกับอุปสรรคความยากลำบาก แต่ไม่เคยมีใครท้อถอย แต่กลับหล่อหลอมให้พระภิกษุสามเณรทุกรูป มีความรักใคร่สามัคคี พร้อมที่จะเคียงบ่าเคียงไหล่กันทำกิจกรรมต่างๆ อย่างไม่เกรงกลัวว่าจะหนักหนาสาหัสประการใด ทั้งการศึกษา กิจวัตรและการทำกิจกรรมร่วมกัน จึงทำให้เกิดความแข็งแกร่งทั้งร่างกายและจิตใจ

โดยเฉพาะการได้เห็นแบบอย่างของครูบาอาจารย์ ทั้งจริยาวัตรและมโนปณิธานอันสูงส่ง จึงเป็นสิ่งย้ำเตือนและปลูกฝังอุดมการณ์อันมั่นคง ที่จะดำเนินตนเองไปในเส้นทางของนักบวช นักสร้างบารมีผู้สร้างสันติสุขให้แก่โลก

และในที่สุด สถาบันศาสนศึกษาเล็กๆแห่งนี้ ได้เริ่มมีผลผลิตเป็นนักธรรม และนักศึกษาบาลีที่เริ่มมีปริมาณและคุณภาพมากขึ้น มีผู้สอบนักธรรมได้ทุกระดับ ทั้งนักธรรมชั้นตรี โท เอก ส่วนหลักสูตรธรรมศึกษาของฆราวาสก็มีอุบาสกอุบาสิกาผู้สนใจสมัครและสอบได้มากขึ้นเรื่อยๆ

ประวัติศาสตร์แห่งพระปริยัติศึกษาของวัดพระธรรม-

กายได้จารึกไว้อย่างน่าชื่นชมว่า **ในปี พ.ศ.๒๕๓๕ โรงเรียนพระปริยัติธรรม วัดพระธรรมกาย ซึ่งสังกัดในสำนักเรียนคณะจังหวัดปทุมธานี มีพระภิกษุสามเณรสอบผ่านเปรียญธรรม ตั้งแต่ระดับประโยค ๑-๒ จนถึงประโยค ๙ มากที่สุดในประเทศไทย** คือเป็นจำนวน ๑๒๐ รูป

และ**พระมหาสุวิทย์ วิชฺเชสโก พระอาจารย์ใหญ่ของโรงเรียน ก็สามารถสอบได้เปรียญธรรม ๙ ประโยค เป็นรูปแรกของวัดพระธรรมกาย** เช่นกัน

ด้วยเมตตาและบารมีของหลวงพ่อ

จากการสนับสนุน และการดำเนินงานการศึกษาอย่างต่อเนื่อง จนปรากฏผลอย่างน่าปลาบปลื้มเพราะทุกครั้ง จะมีพระภิกษุสามเณรวัดพระธรรมกาย สอบบาลีได้มากเป็นอันดับต้นๆ ของประเทศเป็นประจำทุกปี ส่วนการสอบนวกภูมิ ก็มักจะครองอันดับหนึ่งของจังหวัดเรื่อยมา บางปีก็ทำคะแนนได้เต็มทุกวิชา พระเดชพระคุณหลวงพ่อธัมมชโยผู้ให้กำลังใจและเมตตาให้การสนับสนุนอยู่เบื้องหลัง ได้เคยกล่าวไว้ว่า พระเดชพระคุณหลวงพ่อมีนโยบายส่งเสริม เช่น ด้านปัจจัยพื้นฐานทั้ง ๔ อันควรแก่สมณบริโภค รวมทั้งตำรับตำรา และอุปกรณ์การเรียนการสอนต้องพร้อม จะได้ไม่เป็นกังวลแก่ผู้เรียน

พระเดชพระคุณหลวงพ่อมุ่งเน้น ปลูกฝัง เป้าหมาย ปณิธานและอุดมการณ์ของนักบวช เพื่อให้เป็นนักบวชที่สมบูรณ์

พร้อมตามพุทธประสงค์ เพราะนักบวชคือ "ผู้มีบุญ" ไม่ใช่ "ผู้ด้อยโอกาส" และหนทางนี้เป็น "ทางลัด" ไม่ใช่ "ทางอ้อม"

พระเดชพระคุณหลวงพ่อวางกฎเกณฑ์ให้มีการจัดกิจวัตรและกิจกรรมของสงฆ์ เพื่อให้มีสิ่งแวดล้อมที่ดีเหมาะสมแก่การศึกษา มีการปลูกฝัง ถ่ายทอดคุณธรรมจากรุ่นพี่สู่รุ่นน้อง มีการจัดพระอาจารย์ที่มีความรู้ และเป็นต้นแบบแห่งศีลาจารวัตรอันงดงาม ทั้งนี้ยังได้มีการให้กำลังใจอย่างสม่ำเสมอ

ส่วนตัวของพระเดชพระคุณหลวงพ่อ ท่านก็ได้ทำตนเป็นแบบอย่าง และเป็นศูนย์รวมแห่งความรักศรัทธาของพุทธบริษัทของวัดพระธรรมกาย ท่านคอยสอดส่องเอาใจใส่และติดตามความคืบหน้าของการศึกษาอยู่เสมอ ไม่เพียงจะให้ลูกพระลูกเณรหรือลูกอุบาสกอุบาสิกามีความเป็นเลิศทางวิชาการเท่านั้น ท่านยังส่งเสริมสมาชิกทุกคนให้เห็นความสำคัญของธรรมปฏิบัติควบคู่กันไป ทั้งกิจวัตรและกิจกรรมล้วนเป็นไปเพื่อการสร้างศาสนทายาท ผู้เปี่ยมด้วยความรู้และคุณธรรม

ดังที่ท่านได้กำหนดคุณสมบัติเบื้องต้นว่าจะต้องสมบูรณ์ด้วย ๓ ป. คือปริยัติ ปฏิบัติ และปฏิเวธ และอีกประการหนึ่งคือ "เทศนา" เพื่อที่จะนำพระสัทธรรมยังประโยชน์ให้แก่สังคมชาวโลกด้วย

ผู้ทำความปรารถนาพระเดชพระคุณหลวงพ่อให้สำเร็จ

พระเดชพระคุณหลวงพ่อ ไม่เพียงแต่จะส่งเสริม

สนับสนุนการศึกษาพระปริยัติธรรมเฉพาะภายในวัด แต่พระเดชพระคุณหลวงพ่อยังได้แผ่ความเมตตาไปทั่วสังฆมณฑล ด้วยการจัดทุนการศึกษา เพื่อสนับสนุนพระภิกษุสามเณรที่กำลังศึกษาทั้งหลักสูตรบาลีและนักธรรมทั่วประเทศ รวมถึงการศึกษาในมหาวิทยาลัยสงฆ์ ซึ่งพระเดชพระคุณหลวงพ่อก็ให้การส่งเสริมตามสมควรแก่ความปรารถนา เช่น การมอบทุนสนับสนุนการศึกษา ทุนส่งเสริมการวิจัย เป็นต้น

นอกจากนี้พระเดชพระคุณหลวงพ่อ ยังให้จัดพิธีแสดงมุทิตาสักการะแก่ผู้สำเร็จการศึกษาอีกด้วย ดังเช่น การจัดพิธีมุทิตาสักการะพระภิกษุสามเณร ผู้สอบได้เปรียญธรรม ๙ ประโยค ซึ่งได้จัดอย่างต่อเนื่องมาจนถึงปีที่ ๑๐ แล้ว ทั้งนี้พระเดชพระคุณหลวงพ่อได้กล่าวว่า

"หลวงพ่อได้ดำริให้จัดพิธีดังกล่าวขึ้นทุกปี แม้จะต้องทุ่มเททั้งด้านการจัดหากองทุนสนับสนุนการศึกษา ปัจจัยไทยธรรม การจัดงานทั้งการประสานงานบุคลากรและสถานที่ ทั้งนี้มุ่งหวังที่จะให้เป็นขวัญกำลังใจแก่นักเรียน ผู้ปกครอง พระอาจารย์ เจ้าสำนักเรียนต่างๆ อีกทั้งเหล่าญาติโยมและทั่วสังฆมณฑล ที่จะได้ชื่นชมว่าบัดนี้ได้ปรากฏมีเพชรน้ำเอกบังเกิดขึ้น เพื่อเป็นกำลังสำคัญแก่พระพุทธศาสนา

ความสำเร็จที่ปรากฏขึ้นแต่ละครั้งก็ยังความปีติให้แก่พระเดชพระคุณหลวงพ่อ ไม่ว่าท่านเหล่านั้นจะมาจากวัดหรือสำนักเรียนใด เพราะสิ่งที่เกิดขึ้นเสมือนผลิตผลอันงอกงาม

ของชาวสวน หลังจากที่ได้หมั่นรดน้ำพรวนดินที่โคนต้น จนปรากฏดอกและผลที่ปลาย

ในปีนี้ อันเป็นการเริ่มต้นรอบที่สองปีนักษัตรของโรงเรียนพระปริยัติธรรม วัดพระธรรมกายก็ได้ปรากฏบัณฑิตแห่งบาลี ผู้สามารถสอบได้เปรียญธรรม ๙ ประโยค อันเป็นประโยคสูงสุดแห่งการคณะสงฆ์ไทย ถึง ๒ รูป ได้แก่ **พระมหาจำเรียน สิกฺขาสโภ** และ **สามเณรสามารถ เพชรสมัย**

โดยเฉพาะสามเณรสามารถ ผู้สามารถดุจเพชรรูปนี้ ถือว่าเป็น**สามเณร ป.ธ.๙ รูปแรกของวัดพระธรรมกายและเป็นรูปแรกของอำเภอคลองหลวง**ซึ่งได้รับพระมหากรุณาธิคุณจากพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พระราชทานฐานะนาคหลวงเข้าอุปสมบทในพระบรมราชูปถัมภ์ ณ วัดพระศรีรัตนศาสดาราม เมื่อวันเสาร์ที่ ๑๒ กรกฎาคม พุทธศักราช ๒๕๔๐

โดยมีฉายาว่า **"ธมมตฺถรํสี"** อันมีความหมายว่า **"ผู้ทำความสมปรารถนาของพระเดชพระคุณหลวงพ่อให้สำเร็จ"**

ส่วนพระมหาจำเรียนนั้น กำลังเป็นพระหนุ่มที่มากด้วยความคิดริเริ่มสร้างสรร ที่กำลังจะพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพทันสมัย ด้วยวิทยาการและเทคโนโลยีสมัยใหม่ แต่ทั้งนี้และทั้งนั้นทั้งสองรูปก็คือลูกหลวงพ่อผู้เป็นกำลังสำคัญของพระพุทธศาสนา และเป็นผู้ที่ยังความปีติปลาบปลื้ม ตลอดจนความชื่นชมยินดี อันเป็นชื่อเสียงเกียรติคุณมาสู่หมู่คณะอย่างน่าภาคภูมิใจ

คลื่นลูกใหม่แห่งวงการพระปริยัติธรรม

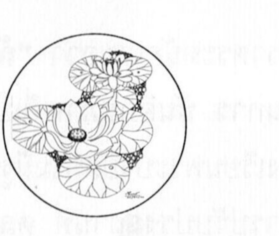
ไม่น่าเชื่อเลยว่า โรงเรียนพระปริยัติธรรม วัดพระธรรมกาย อันเป็นอาคารเรียน มุงและบุผนังด้วยใบจาก สถานที่ที่ผู้เป็นเจ้าของกล่าวด้วยความรักและภูมิใจว่า **"สมถะ เรียบง่าย แต่ไฮคลาส"** ได้เป็นจุดกำเนิดให้แก่บัณฑิตบาลีผู้สำเร็จประโยคสูงสุดแห่งการคณะสงฆ์ไทยมาแล้ว

สิ่งก่อสร้างง่ายๆ ที่ใครมองข้าม มิได้เป็นเครื่องบั่นทอนกำลังใจแก่นักเรียนแต่อย่างใด เมื่อเปรียบเทียบกับตึกราคาแพง มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบครัน เพราะอาคารมุงใบจากนี้คือสิ่งปรากฏให้เห็นความลำบาก ที่จะมุมานะฝ่าฟัน และย้ำสำนึกว่า *"เรามิได้เป็นลูกเถ้าแก่ ที่เกิดมาเสวยสุขจากคนรุ่นก่อนทำเอาไว้ให้"* **ความสำเร็จที่เกิดขึ้นล้วนเกิดมาจากน้ำพักน้ำแรงด้วยความมุ่งมั่น** จนเทวดาและมหาชนเกิดศรัทธาให้การสนับสนุน โดยเรามิได้ประกาศเรียกร้องงบประมาณจากรัฐบาล หรือองค์กรใด หรือถือเอาสิ่งเหล่านี้เป็นเงื่อนไขต่อรองว่าจะทำหรือไม่ทำ

เพราะเราตระหนักเสมอว่า **"ถ้าจะรอให้ทุกสิ่งพร้อมแล้วค่อยดำเนินการ นั่นคือสภาพที่เป็นเพียงความฝัน"** ดังจะเห็นได้จากโรงเรียนพระปริยัติที่ไม่มีรูปแบบ จนเริ่มมีรูปแบบชัดเจน เริ่มมีการปรับปรุงสถานที่ ตลอดจนการจัดการเรียนการสอนขึ้น ซึ่งย่อมจะไม่หยุดยั้งเพียงความเป็นโรงเรียนมุงใบจากเท่านี้ แต่สิ่งที่กำลังจะเป็นความภาคภูมิใจรออยู่ในอนาคต

อันใกล้นี้ก็คือ สถาบันแห่งนี้มีพระภิกษุ สามเณรที่กำลังเป็นคลื่นลูกใหม่ของวงการพระปริยัติธรรม เตรียมจะเข้าสู่ทำเนียบผู้สอบได้เปรียญธรรม ๙ ประโยคตามมาอีกเป็นระลอกๆ แต่ละรูปล้วนเป็นธรรมทายาท ผู้ได้รับการฟูมฟักและสนับสนุนมาตั้งแต่เป็นสินแร่ ซึ่งกำลังถูกเจียรนัยให้เป็นเพชรเม็ดงาม โดยพระเดชพระคุณหลวงพ่อทั้งสอง (พระเดชพระคุณหลวงพ่อธัมมชโยและพระเดชพระคุณหลวงพ่อทัตตชีโว) และพระอาจารย์ทุกรูปผู้เป็นเสมือนนายช่างเจียรนัยฝีมือชั้นเลิศ เพื่อให้เป็นเพชรเม็ดงามสมบูรณ์พร้อม ด้วยสี แวว และแสง

เหล่ารัตนะอันล้ำค่าจากโรงเรียนพระปริยัติธรรม วัดพระธรรมกาย หรือ “โรงเรียนของผู้มีบุญ” แห่งนี้ มุ่งร่วมใจกันยกสังฆมณฑลให้สูงเด่น เป็นสถาบันแห่งผู้นำจิตใจของมหาชนและมวลมนุษยชาติ ไปสู่ที่สุดแห่งธรรม



วิธีฝึกสมาธิเบื้องต้น

สมาธิ คือความสงบ สบาย และความรู้สึกเป็นสุขอย่างยิ่งที่มนุษย์สามารถสร้างขึ้นได้ด้วยตนเอง เป็นสิ่งที่พระพุทธศาสนากำหนดเอาไว้เป็นข้อควรปฏิบัติ เพื่อการดำรงชีวิตทุกวันอย่างเป็นสุข ไม่ประมาท เต็มไปด้วยสติสัมปชัญญะและปัญญา อันเป็นเรื่องไม่เหลือวิสัย ทุกคนสามารถปฏิบัติได้ง่ายๆ ดังวิธีปฏิบัติที่ **พระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี** (สด จนฺทสโร) หลวงพ่อวัดปากน้ำภาษีเจริญได้เมตตาสั่งสอนไว้ดังนี้

๑. กราบบูชาพระรัตนตรัย เป็นการเตรียมตัวเตรียม ใจให้นุ่มนวลไว้เป็นเบื้องต้น แล้วสมาทานศีลห้า หรือศีลแปด เพื่อย้ำความมั่นคงในคุณธรรมของตนเอง

๒. คุกเข่าหรือนั่งพับเพียบสบายๆ ระลึกถึงความดี ที่ได้กระทำแล้วในวันนี้ ในอดีต และที่ตั้งใจจะทำต่อไปในอนาคต จนราวกับว่าร่างกายทั้งหมดประกอบขึ้นด้วยธาตุแห่งคุณงามความดีล้วนๆ

๓. นั่งขัดสมาธิ เท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย นิ้วชี้ขวาจรดหัวแม่มือซ้าย นั่งให้อยู่ในจังหวะพอดี ไม่ฝืนร่างกายมากจนเกินไป ไม่ถึงกับเกร็ง แต่อย่าให้หลังโค้งงอ หลับตาพอสบายคล้ายกับกำลังพักผ่อน ไม่บีบกล้ามเนื้อตาหรือว่าขมวดคิ้ว แล้วตั้งใจมั่น วางอารมณ์สบาย สร้างความรู้สึกให้พร้อมทั้งกายและใจ ว่ากำลังจะเข้าไปสู่ภาวะแห่งความสงบสบายอย่างยิ่ง

ภาพแสดงที่ตั้งจิตทั้ง ๗ ฐาน



ภาพแสดงที่ตั้งจิตทั้ง ๗ ฐาน



๔.นึกกำหนดนิมิต เป็น **"ดวงแก้วกลมใส"** ขนาดเท่าแก้วตาดำใส บริสุทธิ์ ปราศจากราคี หรือรอยตำหนิใดๆ ขาวใส เย็นตาเย็นใจ ดังประกายของดวงดาว ดวงแก้วกลมใสนี้เรียกว่า **บริกรรมนิมิต** นึกสบายๆ นึกเหมือนดวงแก้วนั้นมานิ่งสนิทอยู่ ณ ศูนย์กลางกายฐานที่เจ็ด นึกไปภาวนาไปอย่างนุ่มนวลเป็นพุทธานุสติว่า **"สัมมาอะระหัง"** หรือค่อยๆ น้อมนึกดวงแก้ว กลมใสให้ค่อยๆ เคลื่อนเข้าสู่ศูนย์กลางกายตามแนวฐาน โดยเริ่มต้นตั้งแต่ฐานที่หนึ่งเป็นต้นไป น้อมด้วยการนึกอย่างสบายๆ ใจเย็นๆ ไปพร้อมๆ กับคำภาวนา

อนึ่ง เมื่อนิมิตดวงใสและกลมสนิทปรากฏแล้ว ณ กลางกาย ให้วางอารมณ์สบายๆ กับนิมิตนั้น จนเหมือนกับว่าดวงนิมิตเป็นส่วนหนึ่งของอารมณ์ หากดวงนิมิตนั้นอันตรธานหายไป ก็ไม่ต้องนึกเสียดาย ให้วางอารมณ์สบาย แล้วนึกนิมิตนั้นขึ้นมาใหม่แทนดวงเก่า หรือเมื่อนิมิตนั้นไปปรากฏที่อื่น ที่มิใช่ศูนย์กลางกาย ให้ค่อยๆ น้อมนิมิตเข้ามาอย่างค่อยเป็นค่อยไป ไม่มีการบังคับ และเมื่อนิมิตมาหยุดสนิท ณ ศูนย์กลางกาย ให้วางสติลงไปยังจุดศูนย์กลางของดวงนิมิต ด้วยความรู้สึกคล้ายมีดวงดาวดวงเล็กๆ อีกดวงหนึ่ง ซ้อนอยู่ตรงกลางดวงนิมิตดวงเดิม แล้วสนใจเอาใจใส่แต่ดวงเล็กๆ ตรงกลางนั้นไปเรื่อยๆ ใจจะปรับจนหยุดได้ถูกส่วนแล้ว จากนั้นทุกอย่างจะค่อยๆ ปรากฏให้เห็นได้ด้วยตนเอง เป็นภาวะของดวงกลม ที่ทั้งใสทั้งสว่างผุดซ้อนขึ้นมาจากกึ่งกลางดวงนิมิต ตรงที่เราเอาใจใส่อย่างสม่ำเสมอ

ดวงนี้เรียกว่า **"ดวงธรรม"** หรือ **"ดวงปฐมมรรค"** อันเป็นประตูเบื้องต้น ที่จะเปิดไปสู่หนทางแห่งมรรคผลนิพพาน การระลึกนึกถึงนิมิตหรือดวงปฐมมรรคสามารถทำได้ในทุกแห่งทุกที่ ทุกอิริยาบถ เพราะ**ดวงธรรมนี้คือที่พึ่งที่ระลึกอันประเสริฐสุดของมนุษย์**

ข้อแนะนำ คือ **ต้องทำให้สม่ำเสมอเป็นประจำ ทำเรื่อยๆ ทำอย่างสบายๆ** ไม่เร่ง ไม่บังคับ ทำได้แค่ไหนให้พอใจแค่นั้น อันจะเป็นเครื่องสกัด

กั้นมิให้เกิดความอยากจนเกินไป จนถึงกับทำให้ใจต้องสูญเสียความเป็นกลาง และเมื่อการปฏิบัติบังเกิดผลแล้ว ให้หมั่นตรึกระลึกนึกถึงอยู่เสมอจนกระทั่งดวงปฐมมรรคกลายเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับลมหายใจ หรือนึกเมื่อใดเป็นเห็นได้ทุกที

อย่างนี้แล้วผลแห่งสมาธิจะทำให้ชีวิตดำรงอยู่บนเส้นทางแห่งความสุข ความสำเร็จ และความไม่ประมาทได้ตลอดไป ทั้งยังจะทำให้สมาธิละเอียดอ่อนก้าวหน้าไปเรื่อยๆ ได้อีกด้วย

ข้อควรระวัง

๑. อย่าใช้กำลัง คือไม่ใช้กำลังใดๆ ทั้งสิ้น เช่นไม่ บีบกล้ามเนื้อตาเพื่อจะให้เห็นนิมิตเร็วๆ ไม่เกร็งแขน ไม่เกร็งกล้ามเนื้อหน้าท้อง ไม่เกร็งตัว ฯลฯ เพราะการใช้กำลังตรงส่วนไหนของร่างกายก็ตาม จะทำให้จิตเคลื่อนจากศูนย์กลางกายไปสู่จุดนั้น

๒. อย่าอยากเห็น คือทำใจให้เป็นกลาง ประคองสติ มิให้เผลอจากบริกรรมภาวนาและบริกรรมนิมิต ส่วนจะเห็นนิมิตเมื่อใดนั้น อย่ากังวล ถ้าถึงเวลาแล้วย่อมเห็นเอง การบังเกิดของดวงนิมิตนั้น อุปมาเสมือนการขึ้นและตกของดวงอาทิตย์ เราไม่อาจจะเร่งเวลาได้

๓. อย่ากังวลถึงการกำหนดลมหายใจเข้าออก เพราะการฝึกสมาธิเจริญภาวนาวิชชาธรรมกาย อาศัยการนึกถึง **"อาโลกกสิณ"** คือกสิณความสว่างเป็นบาทเบื้องต้น เมื่อเกิดนิมิตเป็นดวงสว่างแล้วค่อยเจริญวิปัสสนาในภายหลัง จึงไม่มีความจำเป็นต้องกำหนดลมหายใจเข้าออกแต่ประการใด

๔. เมื่อเลิกจากนั่งสมาธิแล้ว ให้ตั้งใจไว้ที่ศูนย์กลางกายที่เดียว ไม่ว่าจะอยู่ในอิริยาบถใดก็ตาม เช่น ยืนก็ดี เดินก็ดี นอนก็ดี หรือนั่งก็ดี

อย่าย้ายฐานที่ตั้งจิตไปไว้ที่อื่นเป็นอันขาด ให้ตั้งใจบริกรรมภาวนา พร้อมกับนึกถึงบริกรรมนิมิตเป็นดวงแก้วใสควบคู่กันตลอดไป

๕. นิมิตต่างๆ ที่เกิดขึ้นจะต้องน้อมไปตั้งไว้ที่ศูนย์ กลางกายทั้งหมด ถ้านิมิตที่เกิดขึ้นแล้วหายไป ก็ไม่ต้องตามหา ให้ภาวนาประคองใจต่อไปตามปกติ ในที่สุดเมื่อจิตสงบ นิมิตย่อมปรากฏขึ้นใหม่อีก

สำหรับผู้ที่นับถือพระพุทธศาสนาเพียงเพื่ออาภรณ์ประดับกายหรือเพื่อเป็นพิธีการชนิดหนึ่ง หรือผู้ที่ต้องการฝึกสมาธิเพียงเพื่อให้เกิดความสบายใจ จะได้เป็นการพักผ่อน หลังจากการปฏิบัติหน้าที่ภารกิจประจำวัน โดยไม่ปรารถนาจะทำให้ถึงที่สุดแห่งกองทุกข์ ยังคิดอยู่ว่าการอยู่กับบุตรภรรยา การมีหน้ามีตาทางโลก การท่องเที่ยวอยู่ในวัฏฏสงสาร เป็นสุขกว่าการเข้านิพพาน เสมือนทหารเกณฑ์ที่ไม่คิดจะเอาดีในราชการอีกต่อไปแล้ว

การฝึกสมาธิเบื้องต้นเท่าที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ ก็พอเป็นปัจจัย ให้เกิดความสุขได้พอสมควร เมื่อชักซ้อมปฏิบัติอยู่เสมอๆ ไม่ทอดทิ้ง จนได้ดวงปฐมมรรคแล้ว ก็ให้หมั่นประคองรักษาดวงปฐมมรรคนั้นไว้ตลอดชีวิต และอย่ากระทำความชั่วอีก เป็นอันมั่นใจได้ว่าถึงอย่างไรชาตินี้ ก็พอมีที่พึ่งที่เกาะที่ดีพอสมควร คือเป็นหลักประกันได้ว่าจะไม่ต้องตกนรกแล้วทั้งชาตินี้ และชาติต่อๆ ไป

ประโยชน์ของการฝึกสมาธิ

๑. ผลต่อตนเอง

๑.๑ ด้านสุขภาพจิต

- ส่งเสริมให้คุณภาพของใจดีขึ้น คือ ทำให้จิตใจผ่องใส สะอาด บริสุทธิ์ สงบ เยือกเย็น ปลอดโปร่ง โล่ง เบา สบาย มีความจำ และสติปัญญาดีขึ้น

- ส่งเสริมสมรรถภาพทางใจ ทำให้คิดอะไรได้รวดเร็ว ถูกต้อง และเลือกคิดแต่ในสิ่งที่ดีเท่านั้น

๑.๒ ด้านพัฒนาบุคลิกภาพ

- จะเป็นผู้มีบุคลิกภาพดี กระฉับกระเฉง กระปรี้กระ เปร่า มีความองอาจสง่าผ่าเผย มีผิวพรรณผ่องใส

- มีความมั่นคงทางอารมณ์ หนักแน่น เยือกเย็นและเชื่อมั่นในตนเอง

- มีมนุษยสัมพันธ์ดี วางตัวได้เหมาะสมกับกาลเทศะ เป็นผู้มีเสน่ห์ เพราะไม่มักโกรธ มีความเมตตากรุณาต่อบุคคลทั่วไป

๑.๓ ด้านชีวิตประจำวัน

- ช่วยให้คลายเครียด เป็นเครื่องเสริมประสิทธิภาพ ในการทำงานและการศึกษาเล่าเรียน

-ช่วยเสริมให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เพราะร่างกายกับจิตใจย่อมมีอิทธิพลต่อกัน ถ้าจิตใจเข้มแข็ง ย่อมเป็นภูมิต้านทานโรคไปในตัว

๑.๔ ด้านศีลธรรมจรรยา

- ย่อมเป็นผู้มีสัมมาทิฏฐิ เชื่อกฎแห่งกรรม สามารถ คุ้มครองตนให้พ้นจากความชั่วทั้งหลายได้ เป็นผู้มีความประพฤติดี เนื่องจากจิตใจดีทำให้ความประพฤติทางกายและวาจาดีตามไปด้วย

- ย่อมเป็นผู้มีความมักน้อย สันโดษ รักสงบและมีขันติเป็นเลิศ

-ย่อมเป็นผู้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เห็นประโยชน์ส่วน รวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตัว ย่อมเป็นผู้มีสัมมาคารวะและ มีความอ่อนน้อมถ่อมตน

๒. ผลต่อครอบครัว

๒.๑ ทำให้ครอบครัวมีความสงบสุข เพราะสมาชิก ในครอบครัวเห็นประโยชน์ของการประพฤติธรรม ทุกคนตั้งมั่นอยู่ในศีล ปกครองกัน

ด้วยธรรม เด็กเคารพผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่ เมตตาเด็ก ทุกคนมีความรักใคร่สามัคคีเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

๒.๒ ทำให้ครอบครัวมีความเจริญก้าวหน้า เพราะสมาชิกต่างก็ทำหน้าที่ของตนโดยไม่บกพร่อง เป็นผู้มีใจคอหนักแน่น เมื่อมีปัญหาครอบครัวหรือมีอุปสรรคอันใด ย่อมร่วมใจกันแก้ไขปัญหาให้ลุล่วงไปได้

๓. ผลต่อสังคมและประเทศชาติ

๓.๑ ทำให้สังคมสงบสุข ปราศจากปัญหาอาชญากรรม และปัญหาสังคมอื่นๆ เพราะปัญหาทั้งหลายที่เกิดขึ้นในสังคมไม่ว่าจะเป็นปัญหาการฆ่าการข่มขืน โจรผู้ร้าย การทุจริตคอรัปชั่น ล้วนเกิดขึ้นมาจากคนที่ขาดคุณธรรม เป็นผู้ ที่มีจิตใจอ่อนแอ หวั่นไหวต่ออำนาจสิ่งยั่วยวนหรือกิเลสได้ง่าย ผู้ที่ฝึกสมาธิย่อมมีจิตใจเข้มแข็ง มีคุณธรรมในใจสูง ถ้าแต่ละคนในสังคมต่างฝึกฝนอบรมใจของตนให้หนักแน่น มั่นคง ปัญหาเหล่านี้ก็จะไม่เกิดขึ้น ส่งผลให้สังคมสงบสุขได้

๓.๒ ทำให้เกิดความมีระเบียบวินัย และเกิดความประหยัด ผู้ที่ฝึกใจให้ดีงามด้วยการทำสมาธิอยู่เสมอ ย่อมเป็นผู้รักความมีระเบียบวินัย รักความสะอาด มีความเคารพกฎหมายของบ้านเมือง ดังนั้นบ้านเมืองเราก็จะสะอาดน่าอยู่ ไม่มีคนมักง่ายทิ้งขยะลงบนพื้นถนน จะข้ามถนน ก็เฉพาะตรงทางข้าม เป็นต้น เป็นเหตุให้ประเทศชาติไม่ต้อง สิ้นเปลืองงบประมาณ เวลา และกำลังเจ้าหน้าที่ที่จะไปใช้ สำหรับแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากความไม่มีระเบียบวินัยของประชาชน

๓.๓ ทำให้สังคมเจริญก้าวหน้า เมื่อสมาชิกในสังคม มีสุขภาพจิตดี รักความเจริญก้าวหน้า มีประสิทธิภาพในการ ทำงานสูง ย่อมส่งผลให้สังคมเจริญก้าวหน้าตามไปด้วย และเมื่อมีกิจกรรมของส่วนรวม สมาชิกในสังคมก็ย่อมพร้อมที่จะสละความสุขส่วนตน ให้ความร่วมมือกับส่วนรวมอย่างเต็มที่ และถ้ามีผู้ไม่ประสงค์ดีต่อสังคม จะมายุแหย่ให้เกิดความ

แตกแยกก็จะไม่เป็นผลสำเร็จ เพราะสมาชิกในสังคมเป็นผู้มีจิตใจหนักแน่น มีเหตุผลและเป็นผู้รักสงบ

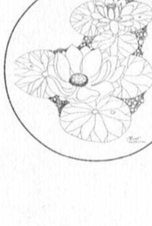
๔. ผลต่อศาสนา

๔.๑ ทำให้เข้าใจพระพุทธศาสนาได้อย่างถูกต้อง และรู้ซึ้งถึงคุณค่าของพระพุทธศาสนา รวมทั้งรู้เห็นด้วยตัวเองว่าการฝึกสมาธิไม่ใช่เรื่องเหลวไหล หากแต่เป็นวิธีเดียวที่จะทำให้พ้นทุกข์เข้าสู่นิพพานได้

๔.๒ ทำให้เกิดศรัทธาตั้งมั่นในพระรัตนตรัย พร้อมที่จะเป็นทนายแก้ต่างให้กับพระศาสนา อันจะเป็นกำลังสำคัญ ในการเผยแผ่การปฏิบัติธรรม ที่ถูกต้องให้แพร่หลายไปอย่างกว้างขวาง

๔.๓ เป็นการสืบอายุพระพุทธศาสนาให้เจริญรุ่งเรือง ตลอดไป เพราะตราบใดที่พุทธศาสนิกชนยังสนใจปฏิบัติธรรม เจริญภาวนาอยู่ พระพุทธศาสนาก็จะเจริญรุ่งเรืองอยู่ตราบนั้น

๔.๔ จะเป็นกำลังส่งเสริมทะนุบำรุงศาสนา โดยเมื่อ เข้าใจซาบซึ้งถึงประโยชน์ของการปฏิบัติธรรมด้วยตนเองแล้ว ย่อมจะชักชวนผู้อื่นให้ทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนาตามไปด้วย และ**เมื่อใดที่ทุกคนในสังคมตั้งใจปฏิบัติธรรม ทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา เมื่อนั้นย่อมเป็นที่หวังได้ว่าสันติ สุขที่แท้จริงก็จะบังเกิดขึ้นอย่างแน่นอน.**



บันทึกธรรม

บันทึกธรรม

พี่เณรสอนน้อง

พิมพ์รวมเล่ม	**ครั้งที่ ๑**
ที่ปรึกษา	พระปลัดสุธรรม สุธมฺโม
ทีมบรรณาธิการ	พระภิกษุสามเณร วัดพระธรรมกาย
	ปฏิบัติธรรม ณ สวนพนาวัฒน์ จ.เชียงใหม่
ออกแบบรูปเล่ม	พระวุฑฒ์ สุวุฑฺฒิโก
ผู้ประสานงาน	พระมหาศรชัย สุภชโย
ทีมออกแบบปก	ลือพงษ์ ลีลพนัง
	วัลลภ นิลถนอม
ทีมภาพลายเส้น	พระไชยยศ ยสวํโส
	พระเกรียงไกร ชิติมนฺโต
	ลือพงษ์ ลีลพนัง
จำนวนพิมพ์	๑๐,๐๐๐ เล่ม
ลิขสิทธิ์	มูลนิธิธรรมกาย
	๒๓/๒ หมู่ ๗ ต.คลองสาม อ.คลองหลวง
	จ.ปทุมธานี
พิมพ์ที่	บริษัทฟองทองเอ็นเตอร์ไพรซ์ จำกัด



เวลามีคุณค่าเกินกว่าจะเอ่ย
เวลาแม้เพียงน้อยนิด
ยังสามารถเปลี่ยนเป็นสมบัติได้
อย่างมหาศาล
แต่สมบัติมากมายมหาศาล
ไม่สามารถเปลี่ยนมาเป็นเวลาได้
แม้เพียงนิดน้อย

มูลนิธิธรรมกาย

พี่เณรสอนน้อง